



Tri-City Medical Center

AVANZADOS SERVICIOS DE SALUD...PARA USTED

Leche materna: Un regalo que sólo usted puede dar

La leche materna es como una medicina que sólo usted puede darle a su bebé. ¡Cada gota cuenta!

- ¡Su leche protege a su bebé! Soldados especiales que usted produce en la leche protegen de enfermedades a su bebé.
- La leche materna ayuda a combatir muchos tipos de infecciones. Si su bebé llegara a enfermarse, partes especiales de la leche lo ayudarán a ponerse mejor.
- La leche materna es la mejor nutrición disponible para su bebé. Se digiere y se absorbe más fácil que la fórmula.

Tri-City Medical Center alienta enfáticamente a nuestras madres a dar leche de pecho. Estudios recientes demuestran que es beneficioso tanto para usted como para su bebé.



Para empezar

- Comience a extraer su leche tan pronto como sea posible. Haga la extracción por lo menos 8 veces al día (cada 2 o 3 horas, incluyendo durante la noche) por 15 minutos en cada lado.
- La extracción que usted haga al principio determinará la cantidad de leche que usted producirá y que estará disponible para su bebé en los próximos días. ¡Mayor extracción = más leche!
- Una enfermera le dará botellas (biberones) y etiquetas para que usted anote la fecha y la hora cuando la extrajo. Cada gota cuenta, así que guarde todita la leche y tráigasela a su bebé.
- Comience a anotar en su diario de extracción y extraiga la leche a la misma hora de alimentar a su bebé.
- Pida ver nuestro video acerca de la lactancia tan pronto como sea posible.

Vea los videos educativos acerca de cómo amamantar tan pronto le sea posible y cuantas veces lo necesite. Los puede ver en la sala NICU o en los siguientes enlaces:

<http://newborns.stanford.edu/Breastfeeding/HandExpression.html>

<http://newborns.stanford.edu/Breastfeeding/MaxProduction.html>

<http://newborns.stanford.edu/Breastfeeding/ABCs.html#ABCs>

¿Qué es el calostro y por qué es importante para mi bebé?

- Calostro es la primera leche que su cuerpo produce durante los primeros días después de haber dado a luz.
- Es diferente a la leche que usted producirá después.
- Calostro es como una medicina para su bebé y cada gota debe de recogerse y guardarse.
- Aún si su plan no incluye proveer leche, le sugerimos que extraiga el calostro de sus pechos para poderse lo dar a su bebé.



Contacto piel a piel

Piel a piel es una manera especial de sostener a su bebé. Su bebé traerá puesto solamente un pañal y un sombrerito y usted una blusa abierta al frente. Se coloca una sábana sobre los dos. Los beneficios son para ambos, su bebé y usted. El contacto piel a piel promueve que el bebé suba de peso y mejora su producción de leche.

La alentamos a que sostenga a su bebé piel a piel lo más que usted pueda.

Cuando visite a su bebé

- Traiga al NICU la leche que se ha extraído y la libreta donde usted mantiene el diario de las extracciones.
- Traiga el kit de su extractor y utilice el extractor del hospital cuando esté junto al bebé.
- Cuando necesite más biberones o etiquetas, pídalos a la enfermera del bebé.
- Platique con su enfermera en cuanto a sostener a su bebé piel a piel. Averigüe cuál es el horario de alimentación de su bebé, ¡para que pueda estar aquí cuando sea hora de alimentarlo!

Darle leche de pecho a su bebé en el NICU

- ¡Dar leche de pecho requiere práctica! La enfermera de su bebé, la terapeuta ocupacional, o la consultora de lactancia la ayudarán cuando su bebé esté listo para amamantar.
- A veces se utiliza un protector de pezones para ayudar a que los bebés puedan amamantar.
- A veces se utiliza una báscula para bebés para saber cuánta leche el bebé está tomando.
- Podría ser necesario suplementar la alimentación del bebé con leche materna adicional o con fórmula. No le daremos fórmula a su bebé sin su permiso.



Pida ayuda cuando la necesite

Asegurese de platicar con su enfermera, o la enfermera de su bebé, o con la consultora de lactancia:

- Acerca de obtener un extractor de calidad para utilizar en casa.
- Si usted tiene algún dolor asociado con la extracción o dar leche de pecho.
- Si necesita ayuda con su producción de leche.
- Si usted piensa que su leche aún no le ha llegado cuando el bebé ya tiene 4 días de haber nacido.
- Para establecer un plan para amamantar en casa.



¡Estamos aquí para ayudarla!

