Hablemos
Acerca De…

Extracción de la leche materna durante la hospitalización de su bebé

Si no puede darle pecho a su bebé mientras se encuentra hospitalizado/a, necesitará usar una bomba succionadora de leche (sacaleche). Si usa la succionadora con la frecuencia que usted normalmente amamantaría a su bebé, le ayudará a aumentar y mantener una buena producción de leche. Recuerde siempre lavar sus manos antes de usar la bomba.

¿Existen bombas succionadoras en el hospital?

Primary Children's tiene bombas succionadoras disponibles. Tenemos cuartos de lactancia en la Unidad de Cirugía para Lactantes (Infant Medical Surgical Unit), la Unidad de Terapia Intensiva para el Recién Nacido (Newborn Intensive Care Unit), la Unidad de cirugía infantil (Children's Surgical Unit) y en el área de Cirugía Ambulatoria (Same Day Surgery area). El área donde se encuentre su hijo/a/a puede tener una bomba succionadora eléctrica disponible. Pida a su enfermera localizar la bomba succionadora más cercana. Utilizamos la bomba succionadora Egnell® doble en Primary Children's. Ésta le permite succionar los dos senos a la vez.

¿Con qué frecuencia debo usar la bomba succionadora?

Recomendamos succionar de 10 a 15 minutos, 7 veces al día, y una vez alrededor de la media noche. La succión no debe ser dolorosa. Si siente dolor al succionar, o siente que la bomba no succiona la leche de su seno, es probable que necesite un tamaño más grande. Coméntelo con su enfermera o especialista de lactancia.

A continuación presentamos un ejemplo para el uso de la bomba succionadora:

3:00 a.m.	8:00 a.m.	10:00 a.m.	12:00 p.m.
3:00 p.m.	5:00 p.m.	7:00 p.m.	10:00 p.m.

¿Cuánta leche debo producir?

La meta es producir 24 onzas (709 ml) de leche diarias cuando su hijo/a cumpla 2 semanas. Cuando su hijo/a cumpla 1 mes, debe producir de 25 a 35 onzas diarias. Una vez que haya logrado abastecer la leche completamente, puede disminuir la cantidad de succiones cada día.

¿Cómo limpio la bomba succionadora?

Primero, lave su equipo con agua fría para eliminar los residuos de leche. Lave el equipo con agua caliente enjabonada y enjuague con agua. Deje secar al aire libre. Sólo necesita lavar la botella y las piezas que entran en contacto con su seno (no lave los tubos). Asegúrese de no permitir que el agua entre en contacto con la tubería que conecta a su equipo con la bomba. Necesita esterilizar el equipo una vez por día. Esto lo puede hacer lavando su equipo en la lavadora de trastes eléctrica, hirviendo por 20 minutos o con el esterilizador a vapor que se encuentra en los cuartos de lactancia. Medela® tiene bolsas esterilizadas para equipo de succión. Siga las instrucciones de uso. Si hierve su equipo y tiene "agua no desmineralizada" (hardwater), añada 1 ó 2 cucharadas de vinagre blanco a la olla con agua. Esto previene que depósitos minerales se adhieran a las paredes del equipo.

¿Cómo almaceno la leche?

Debe almacenar la leche en los recipientes para leche materna proporcionados por el hospital. Éstos son excelentes para almacenar la leche. Asegúrese de llevar unos a casa. Siga estas instrucciones para almacenar leche:

- Pida una etiqueta de identificación de su bebé a la enfermera. Escriba la hora y fecha en

la etiqueta y colóquela en el recipiente de leche succionada.

- Almacene la leche de cada succión por separado. Nunca añada leche recién succionada a un recipiente que ya contiene leche y que está almacenado en su refrigerador o congelador.
- Coloque la leche en su refrigerador o congelador inmediatamente después de la succión.
- Si su bebé tomará la leche en los dos primeros días, refrigere la leche. Si no, colóquela en la parte posterior de su congelador (nunca en la puerta). Puede almacenar leche en un congelador por 3 meses y en una congeladora especial por hasta 6 meses.

¿Cómo obtengo una bomba succionadora para uso en casa?

Recomendamos las bombas succionadoras eléctricas de calidad hospitalaria marca Medela® o Egnell®. Proporcionan máxima estimulación y mayor comodidad. Algunos esquemas de seguro privado cubrirán la renta de una bomba para uso en casa mientras su bebé esté en el hospital. Pida la aprobación de su compañía de seguros. Medicaid no cubre la renta. Si forma parte de WIC, es probable que pueda conseguir una bomba sin costo. Las bombas a la venta en las tiendas (manuales, eléctricas o de pilas) generalmente no proporcionan la mejor estimulación a los senos. Aconsejamos no utilizarlos hasta que usted amamante a su bebé de manera normal.

¿Cómo transporto la leche?

Mantenga la leche fría o congelada (según la haya almacenado) mientras la transporta a algún sitio. Una vez que se descongele la leche, debe usarse en un lapso de un día. La leche refrigerada puede transportarse en una hielera (heladera, nevera) portátil. La leche congelada no debe transportarse en hielo (el hielo ayuda a descongelar). Ponga la leche congelada en una hielera. Llene los espacios vacíos entre cada recipiente con toallas pequeñas o pedazos de poliestireno (unisel, icopor, tergopol). Si viaja distancias largas, coloque hielo seco en la hielera portátil para evitar que se descongele la leche.

¿Afecta el estrés la producción de leche?

Su vida cuenta con una cantidad enorme de estrés en estos momentos. El estrés puede bloquear el reflejo de la bajada de la leche y reducir la cantidad de producción. La cantidad de leche puede variar día a día según la condición médica de su bebé. Si experimenta algo extremadamente estresante, probablemente no podrá succionar, aunque la leche se encuentre en el seno. Esto es transitorio. Es importante seguir succionando regularmente para mantener un suministro de leche adecuado.

Consejos

- La producción de leche se basa en la oferta y la demanda: en cuanto más se estimulen los senos, mayor será la producción de leche. Inicialmente, obtendrá solamente unas gotas de leche cada vez que succione. Para el tercer o cuarto día después del parto, su leche comenzará a bajar. La leche empezará a lucir más blanca y menos cremosa. Esto es normal.
- Es más fácil mantener una buena producción de leche que mejorar una producción baja. Si a usted le preocupa su producción de leche, llame a la Consejera de Lactancia en Primary Children's al 801.662.3686.
- Organice una estación de succión en casa con la bomba succionadora, un termo con agua o vaso de jugo, una foto de su bebé, una novela, el control remoto de la televisión, etc.
- Desconecte el teléfono y coloque un aviso de "No molestar" en la puerta. Masajear los senos antes de succionarlos puede ser benéfico. Tome un baño o coloque una toalla tibia sobre los senos, cierre los ojos y piense en su bebé. Una siesta también puede hacer maravillas.

¿Qué debo hacer si tengo preguntas?

Le queremos agradecer por proporcionarnos su leche especial. Si tiene preguntas adicionales, le pedimos que se ponga en contacto con:

Ellen Lechtenberg, RD, IBCLC
Primary Children's Intermountain Healthcare
Servicios de Lactancia (Lactation Services)
801.662.3686

Intermountain
Primary Children's
Medical Center
Healing for life℠

Pediatric Education Services
801.662.3500 Rev. 11/08
© Primary Children's Medical Center 2008
Breastpumping while your baby is in the hospital
ST-11/09

Toda la información contenida en las series ***Hablemos Acerca de…*** tiene solamente un propósito educativo. Esta información educacional no sustituye el consejo de un médico ni el cuidado que un médico u otro proveedor de salud pueden brindar. Si usted tiene preguntas acerca de la salud de su niño, comuníquese con su proveedor de salud.