Intermountain® Healthcare

La lactancia materna para su bebé en la NICU

¡Felicidades por su decisión de alimentar a su bebé al pecho materno! La leche materna proporciona la mejor nutrición para el crecimiento y el desarrollo de todos los bebés — ya sean a término o prematuros, sanos o enfermos.

Este folleto describe la evolución prevista de usted y su bebé hacia la lactancia materna. El camino empieza ahora, mientras que su bebé está en la **unidad de cuidados intensivos neonatales (UCIN, o NICU por sus siglas en inglés).** A cada paso, usted recibirá el apoyo de médicos, consultores de lactancia (expertos en la lactancia materna) y el personal de enfermería.

La leche materna proporciona la mejor nutrición para el crecimiento y el desarrollo de todos los bebés

Comience con la extracción de leche con su bomba

Hay varias razones para comenzar a bombear la leche materna ahora:

- Si su bebé aún no puede mamar de su pecho, usted necesita sacarse la leche materna para darle alimento.
- Incluso si su bebé está lactando, puede que quiera usar la bomba de manera que el personal de la NICU pueda darle alimento cuando no esté usted en el hospital.
- El bombeo puede incrementar la producción de leche y mitigar la congestión mamaria (senos demasiado llenos).

Siga las instrucciones de bombeo a continuación.

Use una bomba de alta calidad

- **Mientras esté en el hospital, pida al personal de enfermería un equipo de bomba doble y la bomba eléctrica.** El equipo incluye las bridas (los embudos de plástico) y el tubo que conecta a la máquina. Cuando vaya a casa, lleve su equipo de la bomba con usted.
- **Antes de ir a casa, pregunte por una bomba para uso doméstico.**
  - Si necesita alquilar una bomba, pida una receta al personal de enfermería de su bebé. La mayoría de las aseguradoras cubrirán los gastos de alquiler. Si usted está en Medicaid y afiliada a WIC, puede obtener una bomba en su oficina local de WIC.
  - Si ya dispone de una bomba, consulte con un especialista en lactancia para asegurarse de que es la adecuada para sus necesidades.

Bombee con frecuencia

- **Durante el día, bombee cada 2 a 3 horas (alrededor de 8 veces al día). Por la noche, bombee cada 5 ó 6 horas y duerma bien entre cada bombeo.** Si está bombeando para múltiples bebés, comience a bombear 10 veces al día.
- **Cuando visite a su bebé en la NICU, traiga lo siguiente:**
  - La leche que ha bombeado en casa. Asegúrese de que esté adecuadamente almacenada y etiquetada, y traiga la cantidad suficiente para alimentar a su bebé.
  - El equipo de la bomba. Usted puede usarlo con una de las bombas eléctricas disponibles en la NICU. De esta manera, puede extraer mientras visita a su bebé.

La lactancia materna en la NICU... y más allá

Cuando su bebé pueda iniciar la lactancia materna, el personal de la NICU y el equipo encargado de lactancia del hospital le ayudarán a usted y a su bebé a aprender a trabajar juntos. Ellos tienen muchos recursos (libros, videos) y consejos para compartir con usted.

Esto es lo que debe hacer y esperar a medida que comience a amamantar a su bebé en la NICU.

Tome el curso acerca de lactancia materna del hospital

Este curso se ofrece todos los días. Tiene mucha información y es una gran oportunidad para hacer preguntas y aprender de los demás.

Disfrute el contacto piel a piel ("método canguro")

Si quienes atienden a su bebé le indican que está bien, pruebe el contacto piel a piel. (El contacto piel a piel simplemente significa sostener a su bebé para que sus pieles desnudas se toquen.) Este contacto humano da confort y calor a su bebé y ayuda a que ambos se unan. El contacto piel a piel (también llamado "método canguro") es especialmente bueno para la lactancia materna.

Si su bebé es prematuro, siga estos pasos hacia la lactancia materna...

Una vez que su bebé prematuro sea lo suficientemente fuerte para succionar su chupón, puede comenzar con facilidad la lactancia materna. (Esto puede suceder cuando tenga entre 33 y 34 semanas de edad, según su fecha probable de parto — su "edad gestacional corregida", no su edad real). Esto es lo que debe hacer:

- Primero, déjelo practicar en su seno vacío. Bombee su leche y después llévelo a su seno. Puede que sólo lo lame, lo frote con los labios y se quede dormido, pero esto está bien. El objetivo es ayudarlo a sentirse cómodo en su pecho.
- Después, intente que amamante con su seno lleno. Al principio **tendrá que ir poco a poco, amamantando sólo una o dos veces al día** hasta que su bebé sea lo suficientemente fuerte para amamantar con mayor frecuencia. Entre estas sesiones tempranas de lactancia materna, usted tendrá que seguir bombeando.

Deje que su bebé marque el ritmo

Es común que la lactancia materna inicie lentamente. Al principio, su bebé puede querer mamar sólo una vez al día. (¡La lactancia materna es un trabajo difícil!) A veces, sólo deseará pegarse un poco antes de dormirse. Esto está muy bien — deje que su bebé marque el ritmo. Con el tiempo, poco a poco querrá mamar con más frecuencia y durante más tiempo.

Conozca el uso de biberones y chupones en la NICU

Una vez que su bebé esté alimentándose más por lactancia, se le ofrecerán botellas cuando usted no esté disponible para amamantar. Los bebés a menudo toman seno y botellas sin ningún problema. Siga bombeando y traiga su leche a la NICU.

Durante su visita, no le dé el chupón a su bebé. Lo mejor es que *usted* tranquilice a su bebé en la NICU. Sin embargo, el personal de la NICU le dará a su bebé un chupón si usted no está aquí, sobre todo si muestra intranquilidad o si se le realiza un procedimiento doloroso. El chupón puede ayudar a que se tranquilice.

Obtenga apoyo en el hogar

Cuando su bebé haya cumplido todos los criterios de alta y esté subiendo peso, podrá ir a casa con usted. Para ayudarle a amamantar en el hogar, consulte **la Guía para el Amamantamiento** (de la serie "Vivir y aprender") que le han dado en el hospital. Este pequeño libro da consejos y recursos adicionales, incluidos los números telefónicos de los consultores en lactancia con quienes puede comunicarse para más apoyo personalizado.

Buena suerte a usted y su bebé.

¡Usted está teniendo un gran inicio!

© 2010 - 2012 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications 801.442.2963 FS139S - 02/12** (Spanish translation 01/10, 02/12 by Lingotek, Inc.)