

# Leche Materna de Mi Mamá

Educación



Gracias a Ivonne Hernandez y Jessica Gordon por el desarrollo y traducción

# El calostro y la leche materna es la mejor medicina para su bebé!

- 👉 Si te interesa amamantar su bebé o dar pecho, estamos aquí para ayudarte.
  - 👉 Animamos que te extraer su leche materna con una bomba eléctrica, incluso si usted no va a alimentar a su bebé en su pecho.
  - 👉 Aprender como extraer su leche con una bomba eléctrica requiere práctica!
- 
- 

# ¿Sabías?

- 👶 Los senos de una madre están listos con el calostro, para alimentar a su bebé después de 16 semanas de embarazo.
- 👶 La leche materna proporciona los nutrientes que necesitan los bebés nacidos ya sea prematuro o tiempo completo.
- 👶 La leche materna cambia como su bebé crece y sigue proporcionando todos los nutrientes que necesita su bebé hasta los 6 meses de edad.
- 👶 La leche materna es una sustancia viva que cambia de acuerdo a las necesidades del bebé .



## Beneficios de Lactancia Materna

### Para Mama

La lactancia materna se quema hasta 500 calorías adicionales cada día, lo que puede hacer que sea más fácil perder el peso que aumento durante el embarazo aumentó durante el embarazo.

Las mujeres que amamantan ya tienen menores tasas de diabetes tipo 2, presión arterial alta y enfermedades del corazón.

Las mujeres que amamantan tienen menores tasas de cáncer de mama y cáncer de ovario.

La lactancia materna libera oxitocina, una hormona que hace que el útero se contraiga. Esto ayuda a que el útero vuelva a su tamaño normal más rápidamente y puede disminuir la cantidad de sangrado que tiene después de dar luz.



### Para Bebe

La leche materna contiene la cantidad adecuada de grasa, azúcar, agua, proteína, y minerales necesarios para el crecimiento y desarrollo del bebé. A medida que el bebé crece, su leche materna cambia para adaptarse a las cambiantes necesidades nutricionales del bebé.

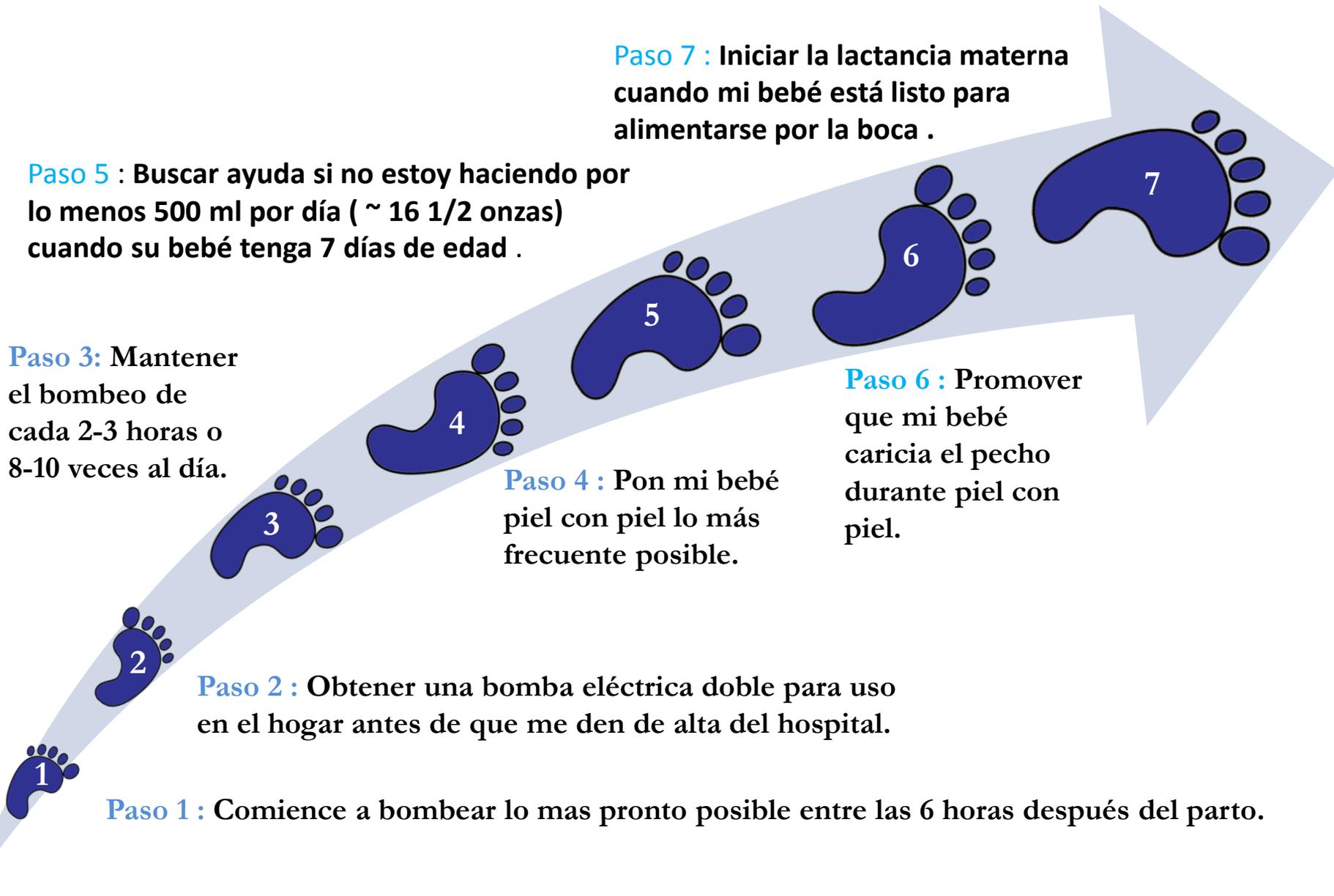
La leche materna es más fácil de digerir que la fórmula.

La leche materna contiene anticuerpos que protegen a los bebés de las infecciones de oído, diarrea, enfermedades respiratorias y alergias.

Los bebés amamantados tienen un menor riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante. Cualquier cantidad de la lactancia materna parece ayudar a reducir este riesgo.

Si su bebé nace prematuro, la leche materna puede ayudar a reducir el riesgo de muchos de los problemas de salud a corto plazo ya largo plazo que enfrentan los bebés prematuros, como la enterocolitis necrotizante u otras infecciones.

# SIETE PASOS PARA APOYAR LA LECHE MATERNA DE LA PROPIA MADRE EN EL CUIDADO INTENSIVO NEONATAL (NICU)



# Proporcionar Leche Materna a su Bebé Prematuro



Paso's 1-3

**BOMBEO! BOMBEO!BOMBEO!**

---



# Bombeo Temprano y Bombeo con Frecuencia

- 👉 **El mejor tiempo para comenzar a bombear es lo antes posible y dentro de las 6 horas después del parto.**
  - 👉 **Recomendamos bombeo cada 2-3 horas mientras está despierto con una meta de al menos 8 sesiones de extracción por día , con al menos una sesión de extracción por la noche.**
  - 👉 **La extracción manual después de bombeo puede ayudar a remover y recoger el calostro para su bebé .**
  - 👉 **Recuerde que aprender a bombear requiere práctica !**
- 
- 

# Recuerde que aprender a bombear requiere práctica !

- 👶 Todo nuestro personal de enfermería puede ayudarle con el bombeo .
- 👶 La consultora de lactancia o la enfermera le dará aún más educación y apoyo antes de ser dado de alta del hospital.
- 👶 Bombas eléctricas de uso hospitalario están disponibles ( de alquiler o de préstamo ) y son los mejores para iniciar la producción de leche !
- 👶 Utilice los registros de bombeo para documentar como está construyendo su la producción de leche materna.
- 👶 **El calostro/ la leche de la madre es medicina para su bebé!**



# La Leche Materna Pasteurizada de Donantes

- 👶 Puede tomar algunos días para que la leche de la madre al entrar. El plazo habitual es de 48-72 horas después del parto.
  - 👶 A veces, la leche materna puede ser retrasada por su salud o por las circunstancias que rodean el parto de su bebé. De vez en cuando las madres tienen un suministro limitado.
  - 👶 Debido a que la leche materna tiene muchas propiedades valiosas nuestra NICU tiene Leche Materna Pasteurizada de Donantes y está disponible para los bebés prematuros .
- 
- 

# Información Especial

- 👶 **Nunca se deshaga de su leche.**
  - 👶 Si tiene alguna inquietud por favor etiquetar su leche y discutir con el neonatología o enfermera .
  - 👶 Incluso las **gotas** de calostro o leche se pueden dar a su bebé para un aumento de inmunidad durante el cuidado oral.
  - 👶 Hay muy pocos medicamentos o condiciones médicas que hacen que su leche no se seguro para el bebé.
- 
- 

# SIETE PASOS PARA APOYAR LA LECHE MATERNA DE LA PROPIA MADRE EN EL CUIDADO INTENSIVO NEONATAL (NICU)

**Paso 7 :** Iniciar la lactancia materna cuando mi bebé está listo para alimentarse por la boca .

**Paso 5 :** Buscar ayuda si no estoy haciendo por lo menos 500 ml por día ( ~ 16 1/2 onzas) cuando su bebé tenga 7 días de edad .

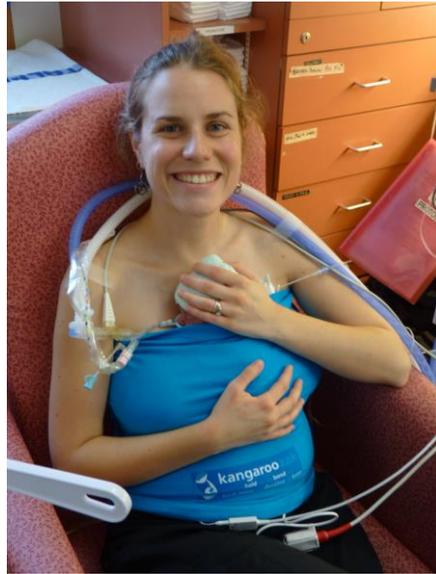
**Paso 3:** Mantener el bombeo de cada 2-3 horas o 8-10 veces al día.

**Paso 4 :** Pon mi bebé piel con piel lo más frecuente posible.

**Paso 6 :** Promover que mi bebé caricia el pecho durante piel con piel.

**Paso 2 :** Obtener una bomba eléctrica doble para uso en el hogar antes de que me den de alta del hospital.

**Paso 1 :** Comience a bombear lo mas pronto posible entre las 6 horas después del parto.



# Cuidado Piel con Piel (Cuidado de Canguro):

## Paso 4



# Beneficios Para el Bebe: Cuidado de Piel con Piel

## (Cuidado de Canguro)



No.1

**Promueve el Desarrollo del Cerebro**



No.2

**Reduce el Llanto y el Estrés**



No.3

**Regula la Temperatura**



No.4

**Mejora la calidad del sueño**



No.5

**Mejora el Sistema Inmune**



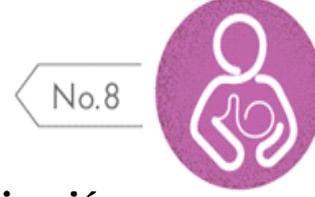
No.6

**Mejora la Ganancia del Peso**



No.7

**Estabilizar el ritmo cardíaco y respiración**



No.8

**Apoya la Lactancia Materna**

# Beneficios Para la Madre: Cuidado de Piel con Piel (Cuidado de Canguro)



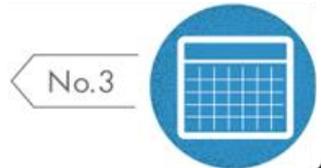
No.1

**Reducir la depresión post-parto**



No.2

**Subir la cantidad de Leche Materna**



No.3

**Acelera el tiempo de recuperación**



No.4

**Promueve una buena sensación**

# Apoyando la Producción de Leche Materna

## Paso 5



- Continuar bombeando a menudo ( 8 veces por día )
- **Pregunta para asistencia en los días 3 , 7 y 14**
- Puedes sentir llenura de los pechos.
- Mantenga un registro de bombeo y la frecuencia crítica de bombeo y el volumen de registro con el personal.
- **Busca ayuda si no hacer al menos 500 ml al día ( ~ 16 1/2 onzas) por el tiempo bebé es de 7 días de edad .**

**Gracias por extraer su  
leche materna Mamá!**



# Practicando Lactancia

## Paso 6



- 👶 Tener mi bebé practicando en mi pecho durante el cuidado de piel a piel.
  - 👶 Pregunte a la enfermera o doctor si debe usar la bomba extractora antes de una sesión de practica de lactancia (no nutritiva).
  - 👶 Lactancia no nutritiva es excelente durante la alimentación por tubo!
  - 👶 **Acuerda de mantener usando la bomba extractor 8-10 veces por día y usar su registro de bombeo.**
- 



# Lactancia Nutritiva

## Paso 7



- 👶 **El personal puede ayudarle a comenzar la lactancia materna cuando el bebé está listo para alimentarse por la boca .**
  - 👶 **Esté atento a las señales de hambre y saciedad .**
  - 👶 **Bombear después de las comidas para apoyar la producción de leche .**
  - 👶 **El personal puede pesar antes y después de una sesión de lactancia para ver la cantidad de leche que el bebé transferido al pecho .**
  - 👶 **Recuerde que debe mantener el bombeo de 8-10 veces al día y el uso de registro de la bomba.**
- 
- 

# SIETE PASOS PARA APOYAR LA LECHE MATERNA DE LA PROPIA MADRE EN EL CUIDADO INTENSIVO NEONATAL (NICU)

**Paso 7 :** Iniciar la lactancia materna cuando mi bebé está listo para alimentarse por la boca .

**Paso 5 :** Buscar ayuda si no estoy haciendo por lo menos 500 ml por día ( ~ 16 1/2 onzas) cuando su bebé tenga 7 días de edad .

**Paso 3:** Mantener el bombeo de cada 2-3 horas o 8-10 veces al día.

**Paso 4 :** Pon mi bebé piel con piel lo más frecuente posible.

**Paso 6 :** Promover que mi bebé caricia el pecho durante piel con piel.

**Paso 2 :** Obtener una bomba eléctrica doble para uso en el hogar antes de que me den de alta del hospital.

**Paso 1 :** Comience a bombear lo mas pronto posible entre las 6 horas después del parto.

# Nuestro Equipo:

- 👶 Intensivo Neonatal (NICU) teléfono#
- 👶 Neonatología
- 👶 Lactancia
- 👶 Sus consultores de lactancia , las enfermeras y los médicos están disponibles para ayudarle. Por favor, pregunte si no está seguro.
- 👶 El personal apoya su decisión de alimentar a su bebé .

