

# ¿Puedo amamantar a un bebé prematuro?

Cuando el bebé nace antes de tiempo, los padres pueden pasar por un momento particularmente difícil. Sin duda se sentirán preocupados e inseguros. Si bien estos bebés necesitan atención médica adicional y su recuperación depende principalmente de los pediatras y las enfermeras, usted también juega un papel muy importante. Una de las decisiones más importantes que puede tomar es proporcionarle a su bebé la leche materna que necesita.

## La leche materna es algo muy especial

La leche materna contiene más proteínas, sodio, cloruro, calcio, hierro y nitrógeno que cualquiera de las fórmulas infantiles que están a la venta. Su bebé prematuro necesita todos estos nutrientes. Su leche le resultará más fácil de digerir y su sistema digestivo podrá absorberla con mayor rapidez. Además, contiene ciertas enzimas que aceleran la digestión. La leche materna también contiene hormonas especiales y factores de crecimiento que contribuyen al desarrollo de los sistemas digestivo y nervioso del bebé.

La leche materna contiene varios tipos de factores inmunológicos que no están presentes en ninguna fórmula infantil. Dichos factores aumentan la protección del bebé contra muchos gérmenes. Aunque esto es importante para todos los bebés, es esencial para su bebé prematuro, porque en su estado actual es particularmente vulnerable a las infecciones. Se ha determinado que los bebés prematuros que se nutren con leche materna permanecen menos tiempo en el hospital, sufren menos contagios, tienen un mejor desarrollo óseo, cerebral e intelectual y poseen mejor visión que los bebés alimentados con fórmula.

## Alquile un tiraleche de uso en hospitales

El grado de prematuridad del bebé será un factor importante a la hora de decidir si puede amamantarlo o si tiene que establecer su producción de leche con la ayuda de un tiraleche del tipo que se utiliza en los hospitales.



Tiraleche Elite de Ameda

Si necesita establecer su producción con un tiraleche, rente uno de uso en hospitales, como los modelos Elite o Lact-e de Ameda, ya sea en el hospital o en una tienda local donde rentan estos tipos de aparatos. Si compra un tiraleche para uso personal, es posible que no le proporcione el estímulo eficaz que necesita para mantener su producción

de leche mientras no pueda amamantar a su bebé. El tipo de tiraleche que utilice es de suma importancia para establecer una buena producción de leche. Debería usar un aparato de uso en hospitales con un kit de recolección doble que permite extraer la leche de ambas mamas a la vez. Con un equipo de este tipo, no sólo ahorrará tiempo, sino que estimulará mejor las hormonas que producen la leche.

Es posible que su póliza de seguro cubra el costo del rentar de un tiraleche de uso en hospitales, especialmente si obtiene una prescripción del pediatra del bebé indicando que proporcionar leche materna al bebé prematuro es una necesidad médica.

## Uso del tiraleche y el kit de recolección

Lávese muy bien las manos antes de tocar el kit de recolección de leche. Ésta parece ser una de las mejores maneras de evitar la contaminación de la leche. No es necesario limpiarse los senos y los pezones antes de usar el tiraleche. El baño o la ducha diaria es suficiente.

- ♥ Comience a extraer la leche poco después del parto, en las primeras 6 horas de ser posible, y trate de no dejar pasar más de 24 horas. Utilice el tiraleche entre 8 y 10 veces durante el día y la noche (es decir, cada 2 ó 3 horas) por 10 a 15 minutos, cuidando de usarlo al menos 100 minutos en total por cada período de 24 horas. Cuando su producción de leche aumente (normalmente en unos 3 ó 4 días), siga usando el tiraleche un par de minutos después que observe que la leche ha dejado de fluir.
- ♥ Al principio sólo extraerá pocas gotas de leche, lo cual es normal. Entregue cualquier cantidad de leche que extraiga a la enfermera del bebé. Ella podrá dársela al niño con una cuchara, jeringa o taza pequeña.
- ♥ Cuando comience a extraer más leche de lo que consume el bebé, congele las cantidades adicionales, ya que podrá usarlas en el futuro. Vea la información detallada en la sección "Almacenamiento de la leche materna" para bebés prematuros, que aparece más adelante.
- ♥ Cuando produzca entre 30 y 33 onzas de leche por día (en 24 horas), probablemente podrá mantener su producción utilizando el tiraleche ocho veces durante el día y la noche (es decir, cada 3 horas). No deje de amamantar ni una vez, ya que esto podría afectar su producción de leche.

## Almacenamiento de la leche materna

Conserve su leche en envases de vidrio o de plástico aprobados para guardar la leche materna o alimentos. Los envases se deben identificar claramente con el nombre del bebé y la fecha y hora a la que extrajo la leche. Es posible que el personal del hospital le proporcione los envases y las etiquetas que prefieren que utilice.

Las recomendaciones de almacenamiento de la leche materna para los bebés prematuros suelen ser más conservadoras que cuando se trata de leche para bebés saludables nacidos a término. Pregunte sobre las normas del hospital con respecto al almacenamiento de la leche materna para los niños prematuros.

Identifique claramente cada uno de los envases con el nombre del bebé y la fecha y hora a la que extrajo la leche. Es posible que el personal del hospital le proporcione etiquetas ya impresas para este fin.

## Transporte de la leche materna

Cuando le den de alta, deberá llevar la leche a la sala de cunas del hospital. Camino del hospital, conserve la leche bajo hielo, en un pequeño enfriador, como el bolso aislante Ameda Cool 'N Carry. Cuando llegue al hospital, asegúrese de que pongan la leche directamente en el refrigerador o congelador.

## Alimentar al bebé con la leche extraída

Las enfermeras podrán suministrar la leche materna al bebé tan pronto como comience a alimentarse de cualquier manera, por tubos de alimentación o por vía oral. Se le debe dar primero la leche que esté refrigerada, y luego la leche que se haya congelado, si es necesario. La leche congelada conservará más nutrientes si la descongela dejándola toda la noche en el refrigerador, pero también puede colocarla en un recipiente con agua tibia, donde tardará 10 a 15 minutos en descongelarse. Es posible que los componentes de la leche se separen y que la crema se acumule encima de la leche. Revuélvala suavemente para volver a mezclar las dos capas.

**SUGERENCIA:** Ponga algunas gotas de su leche en el labio superior del bebé cuando lo alimenten por tubo o por vía oral. Si huele la leche materna ahora, la reconocerá cuando llegue el momento de amamantar.

Tenga en cuenta que mientras crecen a un ritmo acelerado, algunos bebés pueden necesitar más calorías y nutrientes de lo que puede proporcionarles la leche materna. Es posible que se agregue un suplemento a su leche materna o que se complemente la alimentación del bebé con fórmulas infantiles especiales. En algunas salas de cunas piden que se guarde la segunda leche por separado. La segunda leche es la que se produce varios minutos después de empezar a extraer la leche, y debido a que tiene un mayor contenido de grasa, puede contribuir a aumentar el peso del bebé, si es necesario.

## Comienzo de la lactancia de su bebé

Por lo general, los bebés que pesan entre 3 libras y 3 libras y media cuya gestación duró entre 32 y 34 semanas se pueden amamantar.

### Su bebé le mostrará de varias formas que está listo para amamantar:

- ♥ Lame el tubo de alimentación.
- ♥ Se lleva las manos a la boca.

- ♥ Hocica, se acurruca, gira la cabeza con la boca abierta.
- ♥ Puede mantener la temperatura corporal.
- ♥ Puede controlar su saliva (no requiere succión).
- ♥ Parece ansioso de satisfacer su necesidad de chupar.

Recuerde que es probable que las primeras veces que le da pecho sean más bien momentos de “familiarización”. Quizás el bebé se limite a lamer o rozar el seno con la nariz. A veces, si la madre exprime algunas gotas de leche del pezón el bebé se anima a agarrar la mama. Tenga paciencia, y deje que su bebé se acostumbre a esta nueva actividad. Sujete al bebé de la manera que le resulte más cómoda. Encontrará más detalles sobre las diferentes posiciones y cómo ayudar al bebé a agarrar la mama en la hoja de respuestas de Ameda titulada “¿Cómo sujeto a mi bebé para amamantarlo?”.

Tendrá que seguir utilizando el tiraleche durante algún tiempo después de empezar a amamantar al bebé. Para sacar el mayor provecho del aparato, utilícelo siempre al terminar de dar pecho. Cuando vaya al hospital, lleve consigo el kit de recolección de leche y utilice el tiraleche inmediatamente después de amamantar al bebé. A medida que aumente la frecuencia con que amamanta y su bebé pueda vaciar sus senos en mayor medida, podrá reducir gradualmente el uso del tiraleche.

Es importante que pese al bebé con frecuencia, para asegurarse de que esté aumentando de peso. El pediatra debería mantenerse al tanto de la condición del bebé durante el período de transición del hospital a la casa. Comuníquese con el pediatra o con un especialista certificado en lactancia, para recibir apoyo y consejos adicionales durante este importante momento de transición.

*Recuerde que esta información sobre la lactancia es de carácter general y no sustituye las recomendaciones de un profesional de la salud. Si tiene algún problema que no puede resolver rápidamente, pida ayuda de inmediato.*

Redactado por: Vergie Hughes, RN, MS, IBCLC  
Editado por: Anne P. Mark, BSN, RN, IBCLC  
Referencias en archivo.

# Ameda

Elija pureza. Elija Ameda.

 **Hollister**