

## Lactancia del bebé prematuro



### ¿Por qué mi bebé prematuro necesita mi leche materna?

Su leche es lo único que puede darle a su bebé. Los bebés prematuros que no reciben leche materna pueden enfermarse con mayor frecuencia y gravedad. Más adelante, también pueden sufrir más problemas de visión, óseos y retardos en el desarrollo. Su leche le brinda a su bebé nutrientes, anticuerpos, enzimas y factores de crecimiento que ningún otro alimento puede darle:

- **Nutrientes:** cuando el parto es prematuro, su leche puede ser más rica en muchos de los nutrientes que su bebé necesita, como proteínas y hierro.
- **Anticuerpos:** células vivas que ayudan a proteger a su bebé contra infecciones y enfermedades, y refuerzan su sistema inmunitario.
- **Enzimas:** ayudan a su bebé a digerir los alimentos.
- **Factores de crecimiento:** ayudan al sistema digestivo de su bebé a madurar y funcionar bien.

### ¿Podré amamantar a mi bebé prematuro?

Sí. Tenga paciencia. Estos son los pasos que siguen habitualmente las madres de bebés prematuros antes de que sus bebés estén en condiciones de ser amamantados:

1. Realizar extracciones para establecer y mantener el suministro de leche.
2. Sostener a su bebé en contacto piel con piel, lo que también se conoce como cuidado de canguro. Esto calma a su bebé y es el primer paso para acercarse a la lactancia.
3. Permitir que el bebé practique el amamantamiento, lo que se conoce como succión no nutritiva.
4. Amamantar varias veces al día. Su bebé probablemente será alimentado mediante una sonda de alimentación, biberón u otro sistema de alimentación varias veces al día.
5. Lactancia exclusiva.



*Su leche es lo único que puede darle a su bebé. Comience a extraerla inmediatamente después del parto para lograr un suministro completo cuando su bebé esté listo para ser amamantado.*

## Deseo amamantar a mi bebé pero todavía no está listo para alimentarse. ¿Qué debo hacer?

Comience a generar su suministro de leche. Es importante establecer un suministro de leche completo en las primeras semanas después de tener a su bebé. Esto comienza con la extracción dentro de las 6 horas posteriores al parto. Realice extracciones dobles con un sacaleches de calidad hospitalaria para usuarios múltiples suministrado por su hospital. Su objetivo es realizar de 8 a 10 extracciones cada 24 horas. Los primeros días solamente extraerá de unas pocas gotas a unas cucharaditas llenas de calostro en cada extracción. En los próximos días, el calostro cambiará a una leche materna blanca y ligera y usted comenzará a producir mililitros (onzas) en lugar de cucharaditas. Tenga en mente este volumen de leche: 750 a 1050 ml (25 a 35 onzas) cada 24 horas para cuando su bebé tenga 2 semanas. Mantenga un registro de extracción para que pueda ver cómo varía su producción de leche.

## ¿Qué puedo esperar cuando comience a amamantar a mi bebé?

Al principio, es posible que su bebé solamente lama su pezón y no se prenda. Tenga paciencia. Aunque el bebé tenga instintos, necesita aprender qué debe hacer. Los bebés prematuros también necesitan tiempo para crecer y desarrollar sus músculos y la coordinación para prenderse, succionar, tragar y respirar durante el amamantamiento.

Para practicar el amamantamiento (succión no nutritiva), el proveedor de asistencia de salud de su bebé puede pedirle incluso que se extraiga leche antes de intentar amamantar las primeras veces. Esto es para drenar la mayor parte de la leche de sus senos, de modo que su bebé no se ahogue con el flujo de leche.

Una vez que su bebé pueda ser amamantando y obtener leche, su especialista en lactancia puede recomendar el uso de un protector de pezón.



*Su leche es poderosa. Brinda nutrientes y protección contra las infecciones, y ayuda a su bebé a crecer.*

References  
American Academy of Pediatrics Section on Breastfeeding. Breastfeeding and the use of human milk. Pediatrics. 2012;129(3):e827-841.  
Jones F. Best Practice for Expressing, Storing and Handling Human Milk. 3rd ed. Fort Worth, TX: HMBANA, Inc.; 2011.



## ¿Cuándo puede mi bebé comenzar a ser amamantado?

El momento en que su bebé puede comenzar a ser amamantado depende de cuánto tiempo antes nació y de su salud. El hospital también puede tener normas que afecten el momento en que deba comenzar a amamantar. La investigación ha demostrado que la mayoría de los bebés:

- at 28 weeks: can root at the breast and latch-on
- at 31 weeks: can suck and get some milk
- by 36 weeks: can fully breastfeed

## ¿Podrá mi bebé ser amamantando exclusivamente con leche materna cuando reciba el alta del hospital?

Eso depende de cuánto antes haya nacido su bebé. Algunos bebés necesitan recibir nutrientes adicionales durante algunas semanas o algunos meses después de recibir el alta del hospital. Debido a que su bebé nació antes, estos nutrientes adicionales lo ayudan a crecer. Quizás tenga que mezclar parte de su leche con un fortificador que su bebé puede recibir después de ser amamantado. Hable con el proveedor de asistencia de salud de su bebé y con su especialista en lactancia para obtener más información.

## ¿Qué es un protector de pezón?



Un protector de pezón es una cubierta delgada con pequeños orificios en la punta que se coloca sobre el pezón. Puede utilizarse cuando su bebé prematuro

aprende a mamar. La investigación ha demostrado que el uso de un protector de pezón durante el amamantamiento de un bebé prematuro puede ayudarlo a extraer más leche.

This is general information and does not replace the advice your healthcare provider. If you have a problem you cannot solve quickly, seek help right away. Every baby is different. If in doubt, contact your physician or other healthcare provider.