

La leche materna es importante para el crecimiento y desarrollo de su bebé.

NICU: Uso de la bomba tiraleche y lineamientos de almacenamiento de la leche

La leche materna es importante para el crecimiento y desarrollo de su bebé. Proporciona los nutrientes necesarios. La leche materna también ayuda a la digestión y ayuda a evitar alergias e infecciones (no proporcionado por la fórmula). Northwestern Medicine está aquí para ayudarle a darle leche materna a su bebé.

Hasta que usted pueda amamantar directamente a su bebé, su leche extraída del seno se le puede suministrar al bebé. Utilizar una bomba tiraleche también ayuda a garantizar que usted desarrolle un buen suministro de leche. Este panfleto describe cómo:

- Comenzar a usar una bomba tiraleche eléctrica doble.
- Almacenar la leche materna para utilizarla en la Neonatal Intensive Care Unit (Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales) (NICU, por sus siglas en inglés).
- Preparar a su bebé para el amamantamiento.

Para obtener más información, consulte el inserto escrito que viene con cada bomba tiraleche.

Comenzar

Para imitar el patrón de alimentación normal del bebé, bombee sus senos cada 2 a 3 horas. Haga esto de 8 a 12 veces al día y registre la cantidad utilizando el Registro de la Bomba Tiraleche. Lo mejor es comenzar lo antes posible después del nacimiento (a las 6 horas). Esto le ayudará a desarrollar un buen suministro de leche. Su enfermero le mostrará cómo usar la bomba.

Durante su estadía en el hospital, se le proporciona un equipo de bomba tiraleche de plástico para utilizarse con la bomba tiraleche eléctrica del hospital. (Conserve este equipo. Puede usarlo en casa si selecciona la misma marca de bomba que tiene el hospital). Una vez que regrese a su hogar, una bomba eléctrica sacaleche doble de alta calidad se puede obtener generalmente a través de su seguro. No obstante, usted debe elegir entre comprar o alquilar una bomba.

Su enfermero o asesor de lactancia pueden responder cualquier pregunta sobre:

- Los tipos de bombas.
- Cómo alquilar u obtener una bomba a través del seguro.
- Uso de la bomba.

Cuando esté lista para extraerse la leche:

1. **Tenga algo de beber junto a usted.** Usted notará que tendrá sed. Tenga en cuenta: En la NICU, las madres podrán tener para beber una botella con agua o una taza cubierta a la par de la cama.
2. **Lave sus manos.** Ya que los bebés en la NICU están más propensos a infecciones, es importante lavarse las manos con agua y jabón antes de tocar:
 - Cualquiera de las partes de la bomba
 - Sus senos
 - La leche materna
3. **Ensamble el equipo de la bomba extractora.**
4. **Relájese y póngase cómoda.** Esto ayuda a que su leche fluya más fácilmente (bajada). Elija una silla cómoda con buen soporte para la espalda. Si no puede estar con su bebé durante el tiempo de extracción, escuchar música, cintas de relajación o ver la foto de su bebé puede ser de utilidad. Antes de extraer leche o alimentar, masajear los senos puede ayudar con la bajada y aumentar el flujo de la leche. El método canguro (contacto piel a piel) antes y después del bombeo puede ayudar a aumentar su producción de leche.
5. **Intente la extracción manual antes de bombear, para retirar más calostro de sus pechos durante los primeros días.** Es importante recoger cualquier gota que extraiga, ya que el calostro contiene sustancias que ayudan a proteger a su bebé contra las infecciones. También prepara el intestino del bebé para la digestión de la leche. Pregunte a su enfermera cómo debe realizar la extracción manual, o mire el video disponible a pedido en su sala de posparto.
6. **Extraiga leche de ambos senos al mismo tiempo.** Siempre extraiga leche de 15 a 20 minutos a la vez, no más. Es normal que solo salgan unas cuantas gotas la primera vez que extraiga leche. Recuerde, la producción de leche es un proceso de “oferta y demanda”. La cantidad aumenta todos los días, pero varía en cada sesión de extracción. Mientras más seguido extraiga leche, producirá más leche.

Recuerde

- Comience a bombear con un nivel de succión bajo. Aumente paulatinamente la succión al máximo posible sin que le cause dolor. Si siente dolor o mucha tensión, intente disminuir la succión a un nivel más confortable. Asegúrese de tener el tamaño de brida correcto, que no sea demasiado ajustado ni demasiado grande. Su enfermera puede ayudarla a encontrar el tamaño de brida más adecuado.
- Mantenga un Registro de la Bomba Tiraleche (página 6). Anote la hora que extraiga leche y la cantidad de leche materna obtenida.
- Las bombas tiraleche están disponibles para su uso al lado de la cama de su bebé. La invitamos a utilizarlas según sea necesario mientras visite a su bebé. Sin embargo, es importante que usted traiga su juego de bomba tiraleche ya que la NICU no tiene juegos adicionales.

Cuidado del equipo de la bomba

Durante su estadía en el hospital

Mientras está en el hospital, después de cada uso, lave todas las piezas de la bomba que toquen sus senos (se encuentran en el equipo de la bomba tiraleche):

1. Desconecte las piezas de la bomba extractora.
2. Enjuague cada parte con agua fría (excepto el tubo, la tapa del adaptador y el adaptador de la tubería).
3. Luego lave las partes con agua tibia y el jabón proporcionado por su enfermero.
4. Enjuague las piezas con agua tibia y limpia. Asegúrese de enjuagar todo el jabón.
5. Deje secar las piezas al aire libre con una toalla de papel limpia.
6. Cubra las partes con una toalla limpia si no las usará otra vez de inmediato.



En casa

En casa, puede lavarla a mano con jabón lavaplatos o lavar las partes plásticas grandes (bridas del seno y biberones) en la lavavajillas. ***Siempre lave las válvulas blancas y los diafragmas a mano, no en el lavavajillas.*** (Las altas temperaturas pueden derretir estas piezas). No tiene que lavar el tubo plástico, la tapa del adaptador ni el tubo del adaptador.

Si usted tiene alguna preguntas el bombeo, pregunte a su enfermero. Para obtener información específica sobre la bomba tiraleche, póngase en contacto directamente con el fabricante.

Almacenamiento de la leche materna

Mientras su bebé esté en la NICU, la leche materna puede guardarse en el congelador o refrigerador de leche materna de la unidad. El enfermero de su bebé le entregará:

- Un suministro de biberones con tapas.
- Etiquetas preimpresas con el nombre y apellido de su bebé y el número de expediente médico.

Llene las botellas 3/4 partes. Esto permite que la leche se expanda durante la congelación. Selle bien el recipiente. Con tinta indeleble, escriba en la etiqueta previamente impresa la fecha y la hora de la extracción.

Si tiene gemelos (o múltiples), etiquete cada contenedor de leche materna con los nombres y los números de expediente médico de todos los bebés. Coloque fijamente las etiquetas previamente impresas al contenedor.

Mientras permanece en la Mother/Baby Unit (Unidad de Madres/Bebés), planee traer la leche a la NICU en un lapso de 4 horas después de haberla extraído.

Una vez que esté en casa, es importante mantener fría la leche materna. Colóquela en el refrigerador justo después de extraerla. La leche refrigerada debe traerse al hospital en un lapso de 72 horas. Transporte la leche en una nevera portátil con paquetes de gel congelados o hielo.

Por seguridad de su bebé, siga estos lineamientos para el almacenamiento de leche materna:

Tipo de le	Temperatura ambiente	Hielera con 3 paquetes de gel congelado	Refrigerador
Lecha fresca (bombeada)	4 horas	Hasta 8 horas	72 horas

Cuando usted llegue a la NICU, asegúrese de entregar inmediatamente la leche materna al enfermero. Por seguridad de su bebé, la leche materna puede refrigerarse solamente durante 72 horas después de haberla extraído. Después de 72 horas debe congelarse, ya sea en la Unidad de Cuidado Intensivo Neonatal (NICU) o en casa.

Nota:

- Es de utilidad llamar a la NICU para informarle al enfermero cuándo tiene pensado llevar la leche materna a la unidad.
- Si el enfermero de la NICU le indica que congele su leche, asegúrese de almacenarla en la parte trasera del congelador (no en la puerta. Recuerde que la leche materna descongelada solo es útil durante 24 horas.

Preparar a su bebé para el amamantamiento

Hasta que su bebé esté listo y pueda amamantar directamente de usted, es útil que lo cargue y que tenga contacto piel con piel con su bebé (cuidado canguro). Esto estimula el amamantamiento, aumenta su suministro de leche y reconforta a su bebé. Hable con el enfermero de su bebé o médico sobre la “disponibilidad” de su bebé para amamantarlo.

Cuando su bebé esté listo para amamantar, el enfermero de su bebé la ayudará a dar lactancia.

Para obtener más información

Hable con el enfermero si tiene preguntas sobre la extracción, almacenamiento de la leche, cuidado canguro o amamantamiento. Para obtener más información, póngase en contacto con La Leche League en www.LLLI.org o llame al 877.452.-5324 a www.ilca.org.

Northwestern Medicine – Recursos de Información Médica

Para obtener información, comuníquese con Alberto Culver Health Learning Center (HLC) de Northwestern Memorial Hospital en hlc@nm.org, o llame al 312.926.5465. Los profesionales de información médica pueden ayudarle a buscar la información que necesite y proporcionarle ayuda personalizada sin cargo.

Para obtener información adicional sobre Northwestern Medicine, visite nuestro sitio web en nm.org.

Registro de la Bomba Tiraleche

- Piense en extraer de 8 a 12 veces en un día de 24 horas.
- Cada vez que bombee, por favor anote la cantidad (en ml) de leche materna obtenida.
- Al finalizar cada día, sume la cantidad total de leche extraída.

Día/ Fecha	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
Midnight							
1:00 am							
2:00 am							
3:00 am							
4:00 am							
5:00 am							
6:00 am							
7:00 am							
8:00 am							
9:00 am							
10:00 am							
11:00 am							
12:00 noon							
1:00 pm							
2:00 pm							
3:00 pm							
4:00 pm							
5:00 pm							
6:00 pm							
7:00 pm							
8:00 pm							
9:00 pm							
10:00 pm							
11:00 pm							
24-horas Total							

Para una madre que solo está extrayendo (no amamantando), se necesitan de 10 a 14 días para establecer el suministro de leche. Entonces, para cuando el bebé tenga 2 semanas de nacido, una madre debe de obtener de 750 a 1050 mL en un periodo de 24 horas (o 30 a 90 mL por seno cada vez que bombee). Por favor recuerde que este es un proceso gradual. Durante los primeros días después del parto, es normal bombear solo unas gotas cada vez. Es importante seguir bombeando para mantener sus niveles hormonales y prevenir la obstrucción. Si tiene alguna inquietud acerca de su producción, por favor hable con la enfermera de su bebé para que la ayude.