

Si tiene alguna otra pregunta, hágala a su médico o enfermero(a).

Registro de Amamantamiento

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 prevenir alergias e infecciones. Estamos aquí para apoyarla en la lactancia de su bebé.

Se recomienda que lleve un diario simple o un registro de la alimentación de su bebé y de sus evacuaciones, por lo menos las primeras dos semanas después del nacimiento. Esto le puede garantizar que su bebé está recibiendo suficiente comida. Lleve este registro consigo en su primera consulta con el pediatra.

Los recién nacidos a menudo duermen las primeras 24 horas después del parto y no se alimentan con la frecuencia que lo harán en los próximos días. El contacto piel a piel con su bebé le ayudará con el amamantamiento.

Durante los primeros 3 días que su bebé se está amamantando, el calostro (“primera” leche) está presente en cantidades adecuadas para satisfacer las necesidades nutricionales de su bebé. Cuando amamante, esté pendiente de lo siguiente:

- ¿Su bebé muestra más interés en la alimentación cada día que pasa?
- ¿Siente jalones/succiones en su pezón/areola, pero no tiene dolor durante las alimentaciones?
- ¿Puede escuchar a su bebé tragar su leche (suspiros suaves) o puede ver los tragos?
- ¿Su bebé parece satisfecho por lo menos 30 minutos después de amamantarlo? La alimentación aglomerada (alimentaciones frecuentes repetidas), con tragos en ciertos momentos del día/noche, es normal en los primeros días antes de que llegue la leche madura.

¿Su bebé amamantado se ajusta a este patrón de producción normal?

- Día 1: 1 pañal mojado, por lo menos 1 excremento fetal (negro, alquitranado).
- Día 2: 2 pañales mojados, 1 a 2 excrementos fetales.
- Día 3: 3 pañales mojados, 2 a 3 excrementos de transición (verdosos).

Alrededor de 3 a 5 días después del nacimiento, su calostro cambia a leche madura. Esta leche será más delgada y más blanca que el calostro. Durante este tiempo, fíjese en lo siguiente.

Su bebé está recibiendo suficiente leche si:

- Los senos se sienten más **llenos y más pesados** antes de amamantar y más suaves después de cada alimentación.
- Él bebé se está **alimentando por lo menos 8 a 12 veces** cuando menos de 10 a 15 minutos, incluyendo pausas, en 24 horas.
- El bebé tiene de **6 a 8 pañales mojados** (amarillo claro a pálido) en 24 horas.
- El bebé tiene **3 o más** heces blandas amarillas en 24 horas.

Si usted no está viendo estos signos, es necesario que llame al médico de su bebé. Todos los bebés deben ser vistos por su pediatra en 2 a 5 días después de ir a casa del hospital.

Nota: Para ayudar a su bebé a obtener todos los beneficios que proporciona la leche materna, durante los primeros 6 meses aliméntelo solo con leche materna. Eso quiere decir que su bebé no recibirá ninguna otra comida (excepto la vitamina D) o líquidos a menos que se lo indique el médico del bebé, quien la guiará respecto a cuándo comenzar a dar alimentos sólidos. Sin embargo, siga dando de mamar durante el primer año (o mientras usted y su bebé estén a gusto).

Para obtener más información sobre el amamantamiento, póngase en contacto con La Leche League en www.llli.org oo llame al 877.452.5324.

Peso del bebé al nacer: _____ Peso del bebé al ser dado de alta: _____.

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.

Las entidades que conforman Northwestern Medicine están comprometidas a representar a las comunidades que atendemos promoviendo una cultura de inclusión, brindando atención culturalmente competente y acceso a tratamiento y programas sin discriminación y eliminando todas las disparidades en la atención médica. Si tiene alguna pregunta, llame al Patient Representatives Department (Departamento de Representantes de los Pacientes) del Northwestern Memorial Hospital al 312.926.3112, TDD/TTY 312.926.6363, o al Patient Representatives Department (Departamento de Representantes de los Pacientes) del Northwestern Medical Group al 312.695.1100, TDD/TTY 312.926.6363.

Developed by: NMH Lactation Consultants (Asesores de Lactancia)

