

¿Cuál es la cantidad "normal" de leche a extraer para mi bebé en la NICU?

Las madres con bebés en la NICU ven su leche extraída, y se preguntan cuánta leche es normal. Hay un montón de cantidades normales en el camino a un abastecimiento completo de leche, pero las 2 primeras semanas después del nacimiento es el período más importante de entender.

¿Por qué son tan importantes las 2 primeras semanas?

Muchos cambios clave tienen lugar en los senos y en las hormonas corporales que *inician* el proceso de elaboración de leche. Estos cambios requieren estimulación mamaria para desarrollar y mantener un buen abastecimiento de leche.

- Este período de 2 semanas se llama **llegando al volumen**, o alcanzando un volumen de leche extraída de al menos 500 ml (17 onzas o 2-1/4 tazas) cada día.
- **Llegar al volumen** es el objetivo más importante si desea que su bebé reciba solo su leche hasta el alta de la NICU.

¿Por qué 500 ml? Mi bebé se alimenta con cantidades mucho más pequeñas de leche.

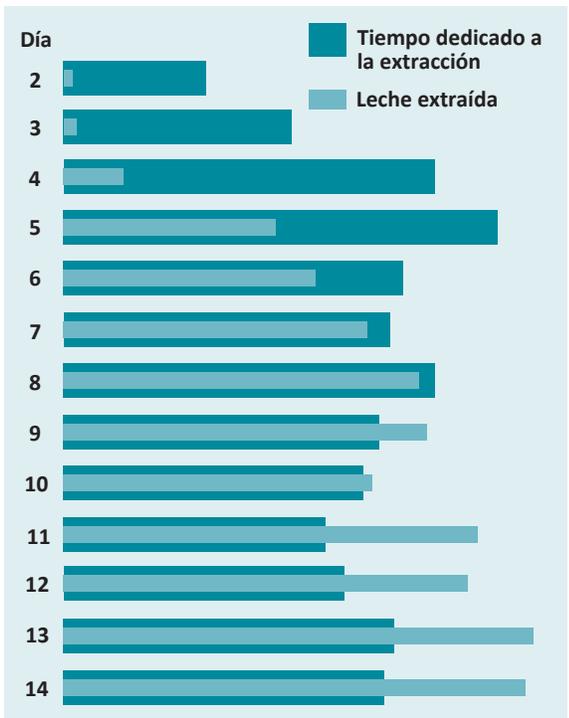
En las primeras 2 semanas de vida, la mayoría de los bebés de la NICU necesitan cantidades mucho más pequeñas de leche que los bebés a término que se alimentan de la mamá.

- Al final de este período de 2 semanas, su bebé podría necesitar sólo 100-150 ml de leche cada día, mientras que un bebé a término bebe al menos 500-600 ml de la mamá. A pesar de que su bebé pueda necesitar menos leche, sus senos necesitan producir la misma cantidad de leche que la madre que amamanta a su bebé a término.
- La regla de **oferta y demanda**, en la que los pechos **suministran** la cantidad de leche que el bebé **demand**a, no se aplica a una madre en la NICU que esté utilizando un sacaleche. En su lugar, el sacaleche debe crear la **demand**a que su cuerpo necesita desarrollar y mantener, un **abastecimiento** bueno y duradero de leche para su bebé.
- La leche adicional que usted produce en los primeros días se puede congelar y alimentar a su bebé hasta varios meses más tarde.

¿Cómo aumenta el volumen de la leche durante las primeras 2 semanas después del nacimiento?

La mayoría de las madres producen muy poca leche, a menudo solo gotas, los primeros 2-3 días después del parto. Sin embargo, el volumen de leche generalmente aumenta muy rápido después de eso.

- No se desanime si extrae con frecuencia pero recibe poca o ninguna leche al principio. Esto no significa que usted tendrá problemas con el volumen de leche más adelante.
- El volumen de la leche aumenta de unas pocas gotas a 500 ml o más en las primeras 1-2 semanas después del nacimiento, pero la cantidad de leche y tiempo de extracción de este aumento difieren entre las madres. Las madres que se han enfermado, o han tenido complicaciones en el embarazo y en el parto, a menudo tienen un aumento más lento en el volumen de la leche.
- El siguiente gráfico muestra el patrón más común de aumento del volumen de la leche para las madres de bebés en la NICU que usan un sacaleche. Las barras de colores para cada día (2-14) muestran la cantidad de tiempo dedicado a extraer (verde oscuro) y la cantidad de leche extraída ese día (verde claro). El gráfico muestra que en los primeros 3-4 días, la madre pasa mucho tiempo extrayendo (verde oscuro), pero obtiene muy poca leche (verde claro). Luego, en un solo día (entre los días 4 y 5) su volumen de leche aumenta más de tres veces, ¡de 90 ml a 300 ml! Para el día 11, las barras de colores se invierten. La madre ahora pasa menos tiempo extrayendo cada día, pero extrae mucha más leche (600-700 ml). En resumen: ¡una gran cantidad de extracción en los primeros días es recompensado con mucha más leche al final de 2 semanas!



Meier et al. (2016). *J Perinatol* 36: 493-499.

Meier et al. (2017). *Clin Perinatol* 44: 1-22.

Hoban et al. (2018). *Breastfeed Med* 13:135-141.

Creado por: Paula Meier, PhD, RN; Aloka Patel, MD y Judy Janes, RN, IBCLC

Descargo de responsabilidad

Esta hoja con información general está concebida para su uso bajo la orientación de profesionales sanitarios en la unidad de cuidados intensivos neonatales (UCI neonatal). Su finalidad principal es formativa además de facilitar que los profesionales sanitarios de la UCI neonatal proporcionen información adicional a progenitores o personas sin formación médica. Las hojas con información general que ofrece el Rush University Medical Center están dirigidas a progenitores y demás personas interesadas sin formación médica y no pretenden ser exhaustivas. En ningún caso se debe considerar esta información como una sustitución del asesoramiento o tratamiento profesional ni de cualquier opinión médica independiente por parte de un profesional sanitario relativa a diagnósticos o planes de tratamiento específicos del paciente. Los profesionales sanitarios deben ejercer su propio criterio médico independiente y las decisiones relativas a diagnósticos o planes de tratamiento serán responsabilidad exclusiva de dichos profesionales sanitarios. El contenido general de esta hoja informativa no se podrá utilizar para realizar diagnósticos independientes ni para iniciar tratamientos. Nuestra información no está relacionada personalmente con usted. Por ello le recomendamos que consulte a profesionales sanitarios reconocidos para obtener un consejo específico sobre cualquier problema médico.

Esta hoja informativa se publicó en www.LactaHub.org en marzo de 2021. Se facilita de buena fe. Estaremos encantados de proporcionarle más información y orientación.

Esperamos su consulta en: contact@lactahub.org