

# ¿Qué debo saber sobre la alimentación de mi bebé prematuro en el pecho en la NICU?

**Las madres de bebés prematuros pasan varias semanas extrayendo leche, esperando con ansias el día en que la alimentación en el pecho pueda comenzar.**

Las NICU tienen diferentes políticas sobre cuándo puede comenzar la lactancia materna, y mucho depende de la condición general del bebé. Estos consejos le ayudarán a planificar experiencias tempranas de lactancia materna en la NICU.

## 1. Planifique amamantar junto a la cama de su bebé.

La mayoría de los bebés prematuros permanecen en monitores y otros equipos durante la alimentación, por lo que tendrá que sentarse donde los cables y tubos puedan llegar a usted. Pida una silla cómoda y almohadas adicionales para apoyar la espalda y los brazos. La enfermera le ayudará a hacer el espacio lo más privado posible.

## 2. Comience la lactancia materna aproximadamente media hora antes de la alimentación nasogástrica programada de su bebé.

Es probable que su bebé esté más despierto y listo para probar la lactancia materna en ese momento.

## 3. Planifique alimentarlo en el pecho que sea más cómodo para usted.

A las madres con bebés a término se les dice que cambien el orden del primer pecho cada vez que amamenten. Este no es el caso para los bebés prematuros. Usted debe alimentarlo del pecho que sea más cómodo para usted y más fácil para su bebé. Por ejemplo, la mayoría de las madres dicen que una mama tiene más leche o tiene un flujo de leche más rápido. Los bebés pueden preferir acostarse de un lado para alimentarse, o son más capaces de aferrarse a un pezón que al otro.

## 4. Si fuera necesario, retire un poco de leche antes de amamantar.

Si su bebé es muy pequeño o hay preocupación de que beba demasiada leche o se ahogue con un flujo de leche rápido, puede extraer un poco de leche justo antes de amamantar.

## 5. Use una posición de lactancia que sostenga la cabeza, el cuello y los hombros de su bebé.

La hoja educativa, **¿Cuáles son las mejores posiciones de lactancia materna para mi bebé prematuro?**, explica por qué es importante y muestra imágenes.



## 6. No espere que su bebé tome una alimentación completa.

El objetivo de las primeras lactancias maternas en la NICU es llegar a ser hábil y sentirse segura acerca de las posiciones de su bebé, para que pueda relajarse y dejar que su leche fluya. Al principio la mayoría de los bebés prematuros beben cantidades muy pequeñas de la mama, a veces sólo gotas. Tenga la seguridad de que se le dará leche adicional después de amamantarlo para que su bebé no tenga hambre.

## 7. Deje que su bebé se duerma al pecho mientras se le da la leche extra a través de la sonda nasogástrica.

Cuando su bebé termine de alimentarse, dejará de succionar y se relajará o dormirá, disfrutando del olor a leche y de la cercanía al pecho. La alimentación con sonda nasogástrica con su leche extra se puede administrar mientras el bebé duerme al pecho.

## 8. Extraiga leche de ambos senos después de amamantar.

La mayoría de los bebés prematuros no beben toda la leche de la mama y se quedan dormidos antes de que las mamas reciban suficiente estimulación para producir más leche. La extracción de leche protegerá su abastecimiento y evitará los problemas de conductos tapados o mastitis.

## 9. Sea paciente con el progreso de su bebé.

De una semana a la otra, a medida que su bebé crezca, será más seguro que se despierte antes de alimentarse, que permanezca despierto por más tiempo y que beba más leche. La mayoría de los bebés prematuros comienzan a alimentarse como bebés a término unas dos semanas después de la fecha de nacimiento esperada.

## 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](http://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](mailto:contact@lactahub.org)