

Plan de cuidados para la lactancia materna del bebé prematuro tardío (nacido a las 34-36 6/7 semanas de gestación) o prematuro a término (nacido a las 37-38 6/7 semanas de gestación)

Nos gustaría ayudarle en su camino hacia la lactancia materna en el hogar ofreciéndole sugerencias para amamantar a su bebé prematuro tardío o prematuro a término.

Problemas de alimentación frecuentes en bebés prematuros tardíos y prematuros a término:

- El bebé puede estar somnoliento durante parte o la totalidad de las tomas, por lo que no se alimenta lo suficiente para crecer.
- El bebé puede tener falta de coordinación para succionar, tragar y respirar, lo que dificulta la alimentación.

Cómo ayudar al bebé mientras aprende a mamar:

- Seguir intentando amamantar.
- Ofrecer al bebé tomas suplementarias para mantenerlo bien alimentado mientras madura y aprende a mamar.
- Establecer y mantener la producción de leche de la madre mediante la extracción para que produzca la suficiente cantidad para el bebé.

Usted seguirá el mismo plan de cuidados para la lactancia materna que siguió mientras estuvo en el hospital:

Cada 3 horas:

Paso 1 Intente amamantar

- Despierte al bebé para alimentarlo cambiándole el pañal y hablándole en voz baja.
 - Los bebés prematuros tardíos responden mejor a la estimulación suave.
- Es posible que necesite envolver al bebé para sostenerlo y que la lactancia sea más eficaz (mantener las manos libres).
- Si el bebé se prende y empieza a amamantar, continúe.
 - El bebé debe succionar y tragar de forma activa durante, al menos, entre 10 y 30 minutos por cada pecho (consulte *Signos de una lactancia materna eficaz* a continuación)
- Si el bebé tiene sueño o no está interesado en tomar el pecho, ofrézcale un biberón suplementario.



Paso 2 Ofrecer un suplemento

- Si el bebé no se amamanta de forma eficaz durante, al menos, entre 10 y 30 minutos por cada pecho, ofrézcale un suplemento de leche materna extraída o de fórmula.
 - Pregúntele al médico de su bebé qué cantidad de suplemento debe darle en cada toma.
 - Si el bebé sigue necesitando un suplemento, *incremente la cantidad de suplemento en pequeños aumentos de entre 7 y 10 ml por toma cada día.*
- Cuando suplemente con un biberón, siga el *Plan de cuidados para alimentar a su bebé con biberón.*
- Termine la sesión de lactancia materna y la de biberón antes de que transcurran 30 minutos para evitar la pérdida de peso.



Paso 3 Extraiga la leche con un extractor de leche

- Extráigase la leche materna con el extractor de leche Symphony de uso hospitalario mientras esté en el hospital para estimular la producción de leche.
- Continúe extrayéndose leche en casa con su propio extractor mientras sigue este plan de cuidados.

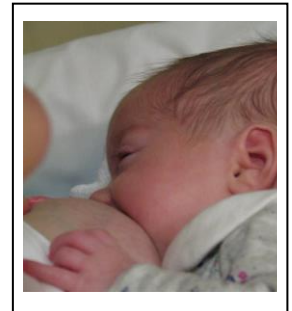
Plan de cuidados para la lactancia materna del bebé prematuro tardío (nacido a las 34-36 6/7 semanas de gestación) o prematuro a término (nacido a las 37-38 6/7 semanas de gestación)

- Continúe extrayéndose leche en casa con su propio extractor mientras sigue este plan de cuidados.
- Considere la posibilidad de alquilar un extractor Symphony en una empresa de suministros médicos o en una farmacia si su extractor no funciona bien.
- Siga el *Plan de cuidados para establecer la producción de leche con un extractor de uso hospitalario*.
- Consulte con el proveedor de atención médica del bebé durante cuánto tiempo debe seguir dándole suplementos.



Signos de una lactancia materna eficaz:

- El bebé toma el pecho más de 8 a 12 veces en 24 horas (puede estar más cerca de las 40 semanas).
- Las sesiones de amamantamiento duran de manera consistente entre 10 y 30 minutos por pecho.
- El bebé succiona y traga con la mandíbula caída, y usted escucha las degluciones.
- La lactancia le resulta cómoda (no siente dolor en el pezón ni en el pecho).
- El bebé parece estar satisfecho después de tomar el pecho y no tiene hambre hasta antes de la siguiente toma, en 2 a 3 horas.
- Si el bebé pide el pecho antes de las 3 horas porque tiene hambre, todavía necesita algún suplemento de biberón después de tomar el pecho.



Lactancia materna y baja producción de leche:

- Si su producción de leche es baja y no es capaz de producir lo suficiente para satisfacer las necesidades de alimentación del bebé durante la lactancia, deberá seguir ofreciéndole un suplemento de biberón después de amamantarlo.
- Si necesita ayuda para aumentar su producción de leche, comuníquese con una asesora en lactancia del TriHealth Breastfeeding Care Center llamando al 513-862-7867.

Antes de dejar de extraerse leche y dársela en biberón, compruebe que la lactancia materna sea eficaz. Para ello:

- Solicite un control de peso al médico del bebé para asegurarse de que esté aumentando de peso de forma adecuada.
 - El aumento de peso suele ser de entre $\frac{2}{3}$ y 1 onza al día y debe continuar después de dejar de tomar biberones suplementarios.
- Programe una cita con una asesora en lactancia del TriHealth Breastfeeding Care Center (513-862-7867, marque la opción 3) para obtener asistencia y realizar cambios en su plan de lactancia, según sea necesario.
- Continúe extrayéndose leche después de amamantar hasta que el bebé haga la transición completa a la lactancia materna para mantener la producción de leche.

Si no está segura de su plan de cuidados o se siente abrumada, llame a una asesora en lactancia del TriHealth Breastfeeding Care Center (513-862-7867, marque la opción 3). ¡Estaremos encantados de ayudarla!