

FO-IAMI-08

Fecha: 29-05-2020

Versión: 0

Especialistas
**Quando
se trata
de ti**



**Aún en
condiciones de
separación forzosa
es posible la
Lactancia Materna**

 **Clínica
San Luis**
Para la mujer y el niño

Superando la barrera de la distancia

Alimentar a un bebé hospitalizado en la Unidad de Cuidado Intensivo Neonatal (UCN) es un gran desafío para la madre y su familia. Por eso queremos brindarles la información adecuada para que logren amamantar a su bebé aún en situaciones difíciles.

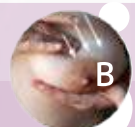
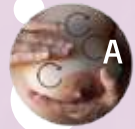
Cuando su bebé está hospitalizado es importante que realice la extracción de la leche, porque:

El CALOSTRO, la "primera leche", ayuda a madurar el intestino de su bebé, lo protege de infecciones y le ayuda a su pronta y favorable recuperación.

- En las madres lactantes, previene las complicaciones de los primeros días de la lactancia como congestión e ingurgitación mamaria, obstrucción de conductos, entre otras.
- Mantiene la producción de leche y asegura la alimentación del bebé con la mayor cantidad posible de leche de su propia madre.

¿CÓMO EXTRAER LA LECHE MATERNA?

1. El método más seguro, fácil y económico es de forma **MANUAL**, pero si decide utilizar un "extractor" debe ser uno apropiado (consulte a personal especializado).
2. Durante la hospitalización de su bebé, debe realizar la extracción en la Sala Amiga de la Lactancia Materna que permanece a su disposición las 24 horas del día.
3. Lavar las manos con agua y jabón, mantener las uñas cortas y sin esmalte.
4. Evitar el uso de anillos y pulseras durante la extracción.
5. Iniciar con un masaje suave, de forma circular, con la yema de los dedos alrededor de cada seno para estimular los conductos lactíferos **(A)**.
6. Acariciarse los senos con la yema de los dedos como si se peinaran hacia el pezón **(B)**.
7. Colocar la mano en forma de "C" **(C)**, de tal manera que el pulgar esté por encima de la areola y el dedo índice por debajo, luego empujar los dedos pulgar e índice hacia las costillas y luego hacia afuera **(D)**, presionando los conductos lactíferos sin deslizar los dedos sobre la piel **(E)**, ni estirar ni presionar el pezón **(F)**, repitiendo estos movimientos rítmicamente, rotando la posición de todos los dedos. Si los senos son muy grandes es necesario levantarlos primero y luego empujarlos hacia las costillas.



8. La leche que se vaya extrayendo se debe colocar en un recipiente preferiblemente de vidrio con tapa rosca de plástico, previamente lavados con agua limpia y jabón, y hervidos por 10 minutos.

9. El tiempo de extracción manual debe ser mínimo de 15 minutos cada seno.

10. Una vez se termine la extracción, tapar el recipiente y marcarlo utilizando una cinta adhesiva, con fecha y hora de extracción, número de registro de la historia clínica, nombre con el que se encuentra identificado su bebé, número de cama, y hacerla llegar al Lactario, ubicado en el tercer piso de la torre antigua para que se inicie su conservación lo más pronto posible.

11. Si decide hacer uso del extractor, finalizar la extracción con masajes en los senos y extracción manual por tres a cinco minutos más para evitar complicaciones.

CONSERVACIÓN DE LA LECHE MATERNA

Al ambiente	4 horas
Refrigerada	12 horas
Congelada (Si el congelador hace parte de la nevera con una sola puerta).	15 días
Congelada (Si el congelador hace parte de la nevera con puerta separada).	Hasta 3 meses
Ministerio de Salud y de Protección social de Colombia GABAS 2018	

REGLAS DE ORO PARA EL ÉXITO EN LA EXTRACCIÓN

Toda madre lactante debe:

- Bañarse y cambiarse de ropa diariamente.
- Lavarse los senos sólo con agua, de arriba hacia abajo y secarlos suavemente con toalla de papel.
- Mientras permanece hospitalizada, puede realizar la extracción en la habitación.
- Usar gorro y tapabocas durante la extracción de la leche materna en la Sala Amiga de la Lactancia Materna.
- Extraer la leche de día y de noche (de 8 a 12 veces). Para mantener la producción la leche que se extraiga en casa se debe congelar previamente marcada con la fecha y hora de extracción.

• No desanimarse porque en los primeros días se extrae "poca leche", recuerde que lo primero que sale es CALOSTRO, desde unas gotas hasta 2 a 3 centímetros. Entre más frecuentes sean las extracciones se irá incrementando la producción y será más rápida la "bajada de la leche".

• Tomar abundante agua y alimentarse de forma completa, equilibrada, suficiente y variada, evitando el consumo de "agua de hinojo", caféina (café, té negro), bebidas alcohólicas, grasas saturadas.

En la Sala Amiga de la Lactancia Materna:

• No se puede ingresar con acompañante a menos que sea estrictamente necesario.

• Evitar hablar durante la extracción.

• Si presenta síntomas gripales no puede ingresar a la Sala, la extracción la debe realizar al lado de la incubadora o cuna donde se encuentra el bebé.

• Llevar los elementos necesarios como gorro, tapabocas, jeringas de cono ciego, frascos y/o recipientes apropiados.

• Si el bebé está hospitalizado en la UCIN, guardar sus objetos personales en el casillero asignado.

• Evitar el uso del celular, ingerir alimentos y hablar en tono alto.

• Si se decide hacer uso de extractor, recordar que es de uso personal y se debe lavar y esterilizar antes de usarlo (en el lactario).

• No lavar los utensilios para la extracción ni extractores en el lavamanos de la Sala Amiga de la lactancia materna.


Al principio no será fácil, pero con esfuerzo, dedicación y apoyo de todos, se logrará.

Ante cualquier duda y/o dificultad busque ayuda de **profesionales especialistas** en lactancia materna.

Solicite su cita de **lunes a viernes**
de **02:00 p.m. a 05:00 p.m.**
en el **6430026 ext 494**,
Coordinación IAMII.



 @clinicasanluisbga

 @ClinicaSanLuisBucaramanga