



# PARTICIPACIÓN EN EL CUIDADO HOSPITALARIO DE TU RECIÉN NACIDO

## Prevención de infecciones neonatales

Los niños prematuros a menudo tienen que pasar más tiempo adicional en el hospital, con frecuencia en la unidad de cuidados intensivos neonatales (NICU es la sigla en inglés). Hay que ayudarlos contra los gérmenes y las infecciones, así que los médicos, enfermeros, y el personal del hospital toman especial cuidado para protegerlos. **¡Tú también puedes ayudar!**

## La leche humana es una medicina para tu bebé

La medicina moderna es asombrosa, pero tu cuerpo produce leche naturalmente, que actúa como una medicina para tu bebé. La leche materna contiene sustancias especiales llamadas anticuerpos que cubren el interior del intestino de tu bebé. Estos anticuerpos sellan cualquier parte abierta del intestino del bebé para que los gérmenes no pueden entrar, trasladarse a la sangre y causar una infección. Algunos componentes de la leche incluso matan gérmenes y dificultan que crezcan otros gérmenes. Esta acción beneficiosa continúa luego de que tu bebé no recibe más tu leche. La leche de fórmula es más cara y no puede igualar todas las virtudes que tiene la leche materna. **Comparados con los bebés alimentados con fórmula, los bebés prematuros que reciben leche materna logran salir antes del hospital y tienen menos probabilidades de tener que reingresar a la sala de cuidados intensivos.** Las ventajas de la alimentación con leche humana duran mucho después que los bebés salen de cuidados intensivos. Algunos estudios muestran que los beneficios para la salud duran hasta la primera infancia.



# 3 mitos comunes sobre sacarse leche



## Mito #1

Sacarse leche duele.

**REALIDAD** Aunque sacarse leche puede sentirse algo raro al principio, no debería doler. Cuando el sacaleche está correctamente colocado en tu pecho, cada vez será más sencillo sacarse leche.

## LOS GRANDES BENEFICIOS DE LA LECHE MATERNA SON:

- Aumentar la capacidad del recién nacido de digerir y absorber nutrientes esenciales, como las vitaminas y los minerales;
- Aportar una combinación perfecta de grasas, que ayuda a desarrollar el tejido del cerebro y de los ojos del recién nacido; y
- Reducir los efectos secundarios adversos de la terapia de oxígeno que necesitan muchos bebés prematuros.

## Las mamás son socias de las salas de cuidados intensivos para recién nacidos

Ver que frágil es tu bebé y entender el cuidado intensivo que está recibiendo puede hacerte sentir que su cuidado está fuera de tus manos.

Hay cosas que puedes hacer para ayudar a tu bebé y asegurarte de que SI ESTÁS haciendo tu parte para ayudarlo a que sea más sano. Habla con tu médico y tus enfermeros acerca de alimentar a tu bebé con leche. También puedes pedir un consejero de lactancia, que puede mostrarte cómo funciona el sacaleche y prepararte para que puedas dar un buen suministro de leche a tu recién nacido. La leche que puedas darle hará una gran diferencia para la salud y el bienestar de tu bebé. Es buena idea comenzar a sacarte leche apenas puedas después del parto.

## Mito #2

Mi cuerpo no producirá suficiente leche.

**REALIDAD** Comenzar pronto a sacar leche de tu pecho (en las 6 primeras horas después del parto) y con frecuencia te ayudará a producir suficiente leche para tu bebé. Podrás sacar leche con un sacaleche manual o eléctrico, pero la mayoría de las madres consideran que lo mejor es una combinación de ambos. Tus enfermeras te ayudarán mientras estés en el hospital y las enfermeras de la sala de cuidados intensivos pueden ayudarte luego de que te den de alta.

## Mito #3

Si tomas medicamentos, no puedes sacarte leche.

**REALIDAD** Algunos medicamentos no pasan a la leche y puedes seguir tomándolos mientras das el pecho o te sacas leche. Otros medicamentos que pueden ser un problema para tu bebé pueden remplazarse con un sustituto mientras das el pecho o te sacas leche. El equipo de salud que te atiende te hablará sobre tus medicinas y te ayudará a planificar cómo hablar con tu médico sobre lo que necesita tu bebé. about what your baby needs.



## Christie y DJ

Cuando DJ, el hijo de Christie Lillie, nació a las 26 semanas, pesaba algo más de una libra (cuatrocientos cincuenta gramos). “Era sobrecogedor verlo en su incubadora conectado a tantos cables y tubos”, dijo Christie. “Me recordaba a una pecera, así que le puse ‘Nemo’ de apodo”. Christie no sabía mucho sobre cómo dar pecho, pero su equipo de la unidad de cuidados intensivos le aconsejó sacarse leche para dársela a DJ. “Me levantó el ánimo saber que podía ayudar un poco”, dijo Christie. Recuerda que las enfermeras decían que la leche materna era “oro líquido” y eso la hizo darse cuenta de que cada gota de su leche era especial. Christie necesitó mucha paciencia y esfuerzo para aumentar su cantidad de leche, pero se sentía feliz dándole sus biberones de oro líquido al equipo de cuidados intensivos para su hijo. Después de ocho semanas de recibir leche de Christie, y también leche humana de donantes, DJ llegó a pesar más de 3 libras (aproximadamente un kilo y medio) y es lo suficientemente fuerte como para estar en brazos de Christie e tratar de tomar pecho solo. “Mi pequeño Nemo es verdaderamente un milagro”, dijo Christie.



Para más información sobre el *Ohio Perinatal Quality Collaborative's Human Milk Project* (Proyecto Colaborativo de Calidad Perinatal de Leche Humana de Ohio), envía un correo electrónico a: [OPQC@cchmc.org](mailto:OPQC@cchmc.org)



**Ohio** | Department of  
Job and Family Services



march  of dimes

El *Ohio Perinatal Quality Collaborative* es financiado por el Departamento de Salud de Ohio, el MEDTAPP del Departamento de Servicios de Trabajo y Familia de Ohio, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades y March of Dimes.