



LACTANCIA MATERNA EN LA UCIN

La siguiente información es un consejo común para las familias, pero las cosas pueden ser diferentes para cada persona. Siempre hable con su equipo de atención médica y el de su bebé.

Preguntas para usted y el equipo de atención médica de su bebé:

¿La UCIN tiene un extractor que pueda usar?

¿Cuándo podemos hacer el cuidado piel con piel?

¿Cuándo podemos empezar la lactancia materna y pasar de la extracción de leche a la lactancia materna?

Si no tengo suficiente leche, ¿hay leche donada disponible?

¿Cómo almacena o prepara el personal del hospital la leche extraída que llevo a la UCIN?

Consejos sobre lactancia materna y extracción de leche:

Primeros pasos: ¡Mantener el suministro de leche!

Primera Leche (calostro): Esta es la leche que producirá en los primeros días después del nacimiento. No hay un día específico después del nacimiento en el que su leche deja de ser primera leche. En cambio, con el tiempo se convierte en leche madura.

Extraiga de 8 a 12 veces en 24 horas para aumentar el suministro en los primeros días.

Trate de no pasar más de 5 horas entre sesiones de extracción.

Una vez que sienta que su suministro es bueno, puede ajustar las sesiones de extracción a 6 veces al día y una por la noche si es necesario.

Puede extraerse leche con la mano después de extraer la leche el extractor, con el extractor apagado. (Vea el código QR para ver el video de extracción con las manos).

Durante la sesión de extracción de leche, puede ser útil "extraerse con las manos". (Vea el código QR para practicar la extracción con las manos).

Contacto piel con piel (cuando sea posible): Colocar al bebé sobre el pecho desnudo de la madre cuando sea apropiado puede ayudar a mejorar la lactancia materna, el vínculo afectivo, el crecimiento del bebé y más.

- > Incluso sin contacto piel con piel, su cuerpo ya ha iniciado el proceso de producción de leche. Inicie la extracción con el extractor o con la mano como se indica en esta guía para mantener su suministro.
- > Realice contacto piel con piel (método canguro) con el bebé con frecuencia. Esto se puede hacer con los padres y/o la persona de apoyo.

Suministros de extracción

Obtenga un extractor de leche eléctrico (Consulte el final de la guía para más información).

Utilice un extractor de leche de alta calidad. Evite utilizar un extractor que se haya utilizado en otros embarazos o por otra persona.

Una opción es comprar un extractor manual. Esto se puede utilizar como un extractor de respaldo para guardarlo cuando no esté cerca de su bebé.

Su pareja o persona de apoyo puede ayudarle de la siguiente manera:

Proporcionar apoyo en los buenos y malos momentos.

Ayudar a lavar las piezas de extractores.

Llenar la botella de agua y tener botanas a mano.

Ayudar con la rutina de extracción de leche nocturna:

- recolectar los suministros necesarios
- ofrecer reponer botanas y bebidas
- colocar la leche extraída en el refrigerador
- proporcionar artículos de comodidad
- limpiar botellas usadas

Preguntas Frecuentes

P: ¿Cómo consigo un extractor de leche eléctrico?

R: Seguro privado

Puede llamar a su proveedor de seguro para preguntar sobre las opciones de extractores cubiertos por su plan.

Puede utilizar la información de su seguro en el sitio web de un proveedor como Aeroflow o Edgepark Medical para ver qué cubra su plan de seguro.

R: Seguros SoonerSelect (Medicaid): Llame a su proveedor para hablar sobre las opciones de extractores a través de su seguro.

Aetna Better Health of Oklahoma
1-844-365-4385

Humana Healthy Horizons of Oklahoma
855-223-9868 (TTY: 711)

Oklahoma Complete Health
1-833-752-1664 (TTY: 711)

R: Programa de Mujeres, Bebés y Niños de Oklahoma (WIC, por sus siglas en inglés)

Solicite el programa WIC (888) 655-2942

Los extractores eléctricos están disponibles para los participantes cuando su bebé está en la UCIN si trabajan o asisten a la escuela a tiempo completo.

Recursos Adicionales:

Extracción con la mano (Video)



Práctica de extracción con la mano (Video)



Conceptos básicos de la lactancia materna - Vídeos y artículos



**Preparing
for a
Lifetime**
It's Everyone's Responsibility



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades. El Departamento de Salud del Estado de Oklahoma publicó esta publicación según lo autorizado por el Comisionado Keith Reed.