

# La Leche Materna es lo Mejor Para Bebés Prematuros

Los bebés nacidos de forma prematura generalmente necesitan permanecer en la unidad de cuidados intensivos neonatales. El mejor alimento que puede darle a su bebé es su leche. Al principio, es posible que su bebé no esté lo suficientemente fuerte para ser amamantado, pero usted puede usar un sacaleches para recolectar toda la leche que su bebé necesita. Los bebés pueden recibir la leche materna de un hisopo de algodón, a través de una sonda de alimentación que pasa por la nariz o la boca y llega hasta el estómago, o de un biberón.

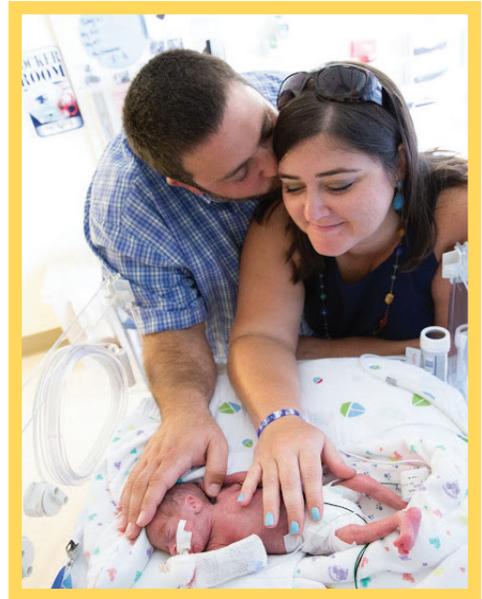
## La leche materna es el mejor tipo de alimento para los bebés prematuros porque:

- Es más fácil de tomar que la leche de fórmula.
- Puede ayudar al cerebro a crecer y desarrollarse.
- Puede prevenir infecciones graves.
- ¡La leche materna es un alimento y un medicamento para su bebé prematuro!



## ¿Cómo puedo producir leche si mi bebé no está lo suficientemente fuerte para succionar mis pechos?

- Mientras su bebé esté en el hospital, usted deberá usar un sacaleches para extraerse leche de sus pechos.
- Use el sacaleches 8 o más veces cada 24 horas. Asegúrese de extraerse leche por la noche. Cuantas más veces se extraiga leche por día, más leche producirá para su bebé.
- Cuando visite a su bebé en el hospital, practique el cuidado “canguro” o contacto piel con piel. Esto es cuando tiene a su bebé desnudo, solo con el pañal, sobre su pecho desnudo. Esto la ayuda a producir más leche y es reconfortante para usted y su bebé.



## ¿Es suficiente mi leche para ayudar a mi bebé a crecer?

- Cuando los bebés nacen de forma prematura, pueden necesitar nutrientes adicionales agregados a la leche materna. Los médicos y nutricionistas en el hospital ayudarán a decidir si su bebé necesita más nutrientes y en qué momento los necesita.

## ¿Cómo puedo obtener ayuda para producir leche para mi bebé?

- Producir leche para un bebé prematuro es una tarea difícil, ¡pero muy gratificante!
- Consulte al personal de enfermería o a las asesoras en lactancia si tiene dificultad para extraerse leche 8 o más veces al día.
- Pídale a amigos y familiares que la ayuden preparando comidas o bocadillos, haciendo las tareas del hogar, ayudándola con los niños o simplemente dándole aliento.

