

¿Cuáles son los beneficios de la Lactancia?



Para tú hijo

Protección contra enfermedades y un óptimo desarrollo psicomotor.

Para tí

Protección contra el cáncer, otras enfermedades y recuperación en el parto.



Para tu familia

Económico, práctico y puede ayudar en la planificación familiar.



Para la sociedad

Población más saludables y protección al medio ambiente.



Mientras amamantas, haces del mundo un lugar mejor para tus hijos y futuros nietos...

*Porque la leche materna es un alimento más adecuado para el óptimo crecimiento y desarrollo de tu hij@

*Tiene múltiples nutrientes beneficiosos

*Cambia según las necesidades de tu hij@:

- Si es al comienzo o final de la mamada
- si es prematuro o de término
- si es mayor de 1 año
- si esta en proceso de destete.



Clínicas de lactancia:
búscala en tu CESFAM. Eres una prioridad a la hora de consultar.

TIPOS DE LECHES



CALOSTRO

Líquido transparente
amarillento, de poca cantidad

Rico en defensas, probióticos e inmunoglobulinas



LECHE TRANSICIÓN

Aspecto amarillo cremoso
va variando su composición
entre 3-5 días hasta los 15
días de vida del RN



LECHE MADURA

volumen hasta 900ml/día

Aspecto delgada y algo
azulosa

La leche humana tiene características propias, siendo el alimento más completo y seguro para el RN.

LM es un fluido vivo que va cambiando y adaptándose a las necesidades de los RN.

No hay leches delgadas, en la medida que el RN vacía más el pecho, el contenido de grasa es mayor



Para más información:
Solicítala al equipo de la
NEO- HSP

NEONATOLOGIA-HSP
LACTANCIA MATERNA
1ra información



¿Cómo me preparo para amamantar?

TE APOYAREMOS EN ESTE
INICIO DEL CAMINO JUNTO A
TU HIJ@ EN LA LACTANCIA

Confía, tu cuerpo cambió durante la
gestación, ahora está listo para la
Lactancia...

LACTANCIA
EXITOSA



90% CONFIANZA



5% CONOCIMIENTO



5% HABILIDAD

¿Debo preparar mis pezones?



- No es necesario que uses cremas especiales para prepararlos.
- Existen diferentes tipos: Normal, corto o invertido hacia adentro.
- Tu hijo aprenderá a adaptarse y acoplarse a él.
- Recuerda... tu cuerpo está trabajando para que tengas una lactancia exitosa.

Producto de los cambios hormonales, se tornan oscuros, areola mas grande y pueden aparecer manchas en la piel. Estos cambios se revierten con el tiempo.

Al amamantar NO debe haber DOLOR, consulta si te sucede.

El tamaño de tus pechos no tienen relación con la producción de LM...no te compares!!!



¿Tendré suficiente leche?

ACOPLE CORRECTO SIN DOLOR



VACIAMIENTO FRECUENTE DEL PECHO



PRODUCCIÓN ADECUADA DE LACTANCIA MATERNA

En la NEO-HSP estamos para apoyarte...

Este camino que vas a iniciar no siempre es fácil. A veces la decisión de querer amamantar no es suficiente. Cuando se presentan problemas estaremos como equipo preparados para acompañarte de la manera más eficaz y comprometida durante la hospitalización de tu hij@.

Producción de LM (Galactogénesis)

Lactogenesis I

Cuando se expulsa la placenta y la 1ra succión del RN estimulan la bajada del calostro.

El contacto piel a piel y la succión frecuente (8 a 12 veces al día). Esto genera un aumento de los receptores hormonales mamarios que favorecen la producción exitosa futura.

Lactogenesis II (bajada de la leche)

Entre el 2do y 5to día post parto, por la caída de las hormonas del embarazo, comienza la producción de la leche de transición. Hay un aumento del volumen mamario, mayor salida de leche y sensación de llene y tensión de las mamas.

Importante que existan tomas de LM frecuentes por parte del RN para optimizar este proceso.

Galactopoyesis

Se refiere a la mantención de la producción de leche en respuesta al vaciamiento frecuente del pecho.

Entre más frecuente se vacié, se observará una mayor producción.

Acople correcto: abarca pecho profundo mas pezón, sin dolor.

"Mientras mas se vacié la mama mas producción existirá"

