

Alimentación en la NICU

Antes de que naciera su bebé, tal vez pensó en lo que sería tenerlo en brazos y alimentarlo. Y tal vez haya decidido si le iba a dar pecho o biberón. Pero ahora que su bebé está en la NICU, quizás deba cambiar sus planes. Eso puede ser muy angustiante para muchos padres. Si asiste a una clase de alimentación en la NICU, recibirá más información y apoyo.

La forma de alimentar a su bebé dependerá del problema médico que tenga y de su habilidad de succionar y tragar. Estas son algunas formas distintas en que se puede alimentar a su bebé en la NICU:

Alimentación intravenosa

Los bebés que son muy pequeños o que están muy enfermos suelen recibir alimentos por vía intravenosa, también llamada IV. Un profesional coloca un pequeño catéter en una vena de la mano, el pie, cuero cabelludo u ombligo del bebé. El profesional luego asegura el catéter en su lugar y le conecta la sonda IV y la bolsa.

Al bebé se le dan líquidos y nutrientes importantes a través de la IV que le ayuda a crecer. El líquido de la IV puede ser de color amarillo. También puede contener un líquido blanco con lípidos, que da a su bebé la grasa que le ayuda a crecer. Este tipo de nutrición mediante IV se conoce con el nombre de TPN o nutrición parenteral total.

Alimentación por sonda

Los bebés muy enfermos o débiles para amamantar o tomar del biberón puede que necesiten que se los alimente por un tubo delgado. El tubo se coloca por la boca o la nariz del bebé. El tubo pasa por el esófago y hasta el estómago. Si el tubo se pone por la nariz del bebé, se llama sonda nasogástrica (o sonda NG). Si el tubo se pone por la boca del bebé, se llama sonda orogástrica (o sonda OG). A muchos bebés que se los alimentan por sonda también se les puede dar pecho o un biberón. A veces a los bebés se los alimenta por un catéter intravenoso y una sonda de alimentación.

Puede que su bebé tenga un problema médico que necesita un tipo distinto de sonda de alimentación. A esta sonda se llama sonda de gastrostomía (tubo G o sonda de alimentación gástrica). Esta sonda se coloca directamente en el estómago del bebé con cirugía. El personal de la NICU le enseñará cómo alimentar a su bebé con el tubo G y cómo mantenerlo. Los bebés con este tipo de sonda pueden tomar pecho o biberón también.

Notas

Este recurso incluye algunos términos médicos que puede oír en la NICU. El significado de esas palabras aparece en la sección *Palabras que debe saber*, al final de este recurso.

Lactancia materna

La leche materna es el mejor alimento para su bebé. Tiene vitaminas, nutrientes y anticuerpos. Todos estos le pueden ayudar a ser más fuerte. Algunos bebés pueden tomar del pecho de la madre en la NICU. Otros bebés tal vez deban recibir la leche materna en un biberón o por una sonda de alimentación. Pregunte a su enfermera o a la consultora en lactancia:

- Si puede darle pecho a su bebé
- Cómo darle pecho a su bebé
- Con qué frecuencia darle pecho a su bebé
- Cómo asegurarse de que su bebé está tomando suficiente leche
- Cómo sacarse leche materna y guardarla para usar después si su bebé no está listo para tomar pecho ahora.



La leche materna cambia a medida que su bebé crece. La leche materna satisface exactamente lo que necesita el bebé en el momento adecuado. Eso sucede aun si su bebé nació temprano. Durante los primeros días después del parto, sus senos producirán una leche materna espesa y amarillenta. Esta leche se llama calostro. Tiene los nutrientes y anticuerpos que su bebé necesita. Aunque solo produzca unas pocas gotas, úselas para alimentar a su bebé. Su cuerpo empezará a producir leche materna en más o menos 3 a 4 días.

Algunas mamás pueden tener problemas para producir su leche. Puede ser muy difícil para las mamás que tuvieron problemas de salud antes, durante o después del nacimiento de su bebé. Si está teniendo problemas o le preocupa que no está produciendo suficiente leche, hable con su enfermera o consultora en lactancia.

Algunas mamás descubren que pueden aumentar la producción de leche si:

- Descansan
- Comen bien
- Usan un sacaleches después de alimentar al bebé o entre una alimentación y otra
- Se extraen leche por la misma cantidad de tiempo cada vez
- Practican el método canguro

En cuanto su bebé pueda, déjelo que practique succionar en su seno. Esto le ayudará a prepararse para amamantar. Sáquese leche hasta que le queden vacíos los senos. Luego deje que su bebé succione el seno para acostumbrarse a tomar pecho. Eso se llama succión no nutritiva.

Amamantar a un bebé con necesidades especiales

Como su bebé está en la NICU, puede que necesite ayuda extra para que la lactancia materna surta efecto. También puede ser difícil dar pecho a un bebé que nació con un defecto de nacimiento como labio leporino. Pregunte a la enfermera o a la consultora en lactancia cómo sostener y alimentar a su bebé.

Si su bebé tiene necesidades especiales, un protector de pezón le puede ayudar a prenderse bien al área alrededor del pezón. También le ayuda a succionar suficiente leche. El protector es una pieza de plástico suave y delgado. Éste que se coloca sobre el pezón. Tiene agujeros para permitir que la leche pase a su bebé.

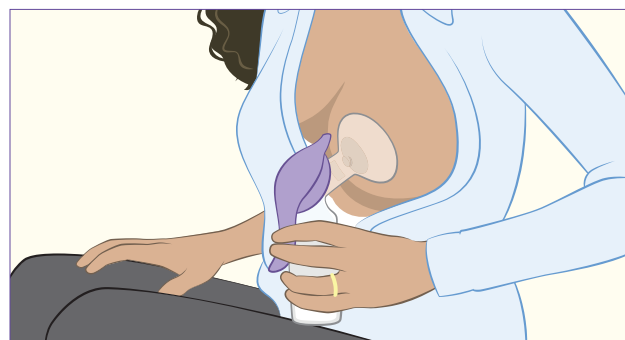
Uso de un sacaleches

Si está planeando amamantar y su bebé todavía no está listo, se puede sacar leche. El sacaleches le ayuda a sacarse leche de los senos. Quizás el uso del sacaleches sea incómodo al principio. Pero con la práctica, sacarse la leche se hace más fácil y cómoda. Su enfermera o consultora en lactancia puede mostrarle cómo usar el sacaleches. Es mejor usar un sacaleches eléctrico que usan en el hospital. Este tipo es el que saca la mejor cantidad de leche en menos tiempo. Al sacarse la leche, le da a su bebé algo que solo usted puede darle. También permite darle su leche al bebé más adelante.

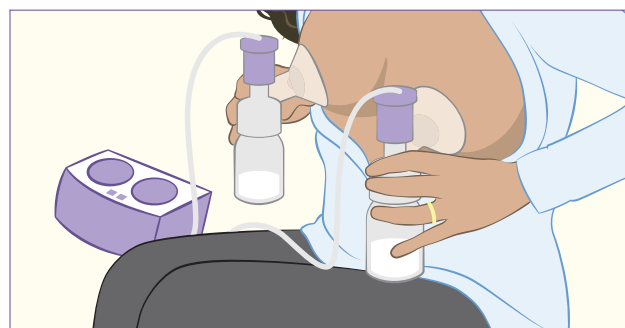
Si planea almacenar la leche materna, necesitará algunos artículos para mantenerla en buenas condiciones:

- Envases o bolsas – Estos se fabrican especialmente para guardar la leche materna que se sacó. Las bolsas son de plástico y los envases son de plástico o vidrio. Puede comprarlos en la mayoría de los supermercados o farmacias.
- Nevera o hielera portátil – Puede que necesite una nevera pequeña para mantener fría la leche que se sacó hasta que regrese a su casa o vaya a la NICU.

Debe hacer estos pasos para almacenar su leche materna sin riesgos. Después de sacársela, póngala en envases o bolsas. Coloque en cada envase o bolsa sólo la cantidad de leche que su bebé necesita para cada comida. Anote la fecha en el envase o bolsa antes de guardarlo en el refrigerador o en el congelador. Pregunte a su enfermera cuál es la mejor manera de marcar su leche.



Sacaleches manual



Sacaleches eléctrico

Cuanto tiempo almacenar la leche materna fresca

Lugar	Temperatura	Cuánto tiempo
Sobre la mesa, mostrador o encima (no refrigerada)	77 F o menos	Hasta 4 horas
Refrigerador	40 F	Hasta 4 días
Congelador	0 F o menos	Hasta 6 meses es mejor; es aceptable hasta 12 meses

Cuándo sacarse leche

Puede comenzar a sacarse leche en 2 a 4 horas después de nacer su bebé. Sáquese leche cada 2 ó 3 horas en el día. Si usa un sacaleches eléctrico, comience con la velocidad lenta para no lastimarse. La leche puede tardar unos minutos en bajar o fluir. Así que tenga paciencia cuando empieza a extraérsela.

Sáquese leche justo antes de acostarse. Sáquesela una o dos veces en la mitad de la noche y cuando se levante a la mañana. Si está tratando de producir más leche, quizás deba extraerse más seguido. Lleve un registro de las horas en que se saca leche. Anote la fecha, hora y cuánta leche se sacó.

Leche materna fortificada

El fortificador de leche materna es un líquido o polvo que se añade a la leche de pecho. Tiene nutrientes importantes para ayudar a su bebé a crecer. El profesional de su bebé añadirá el fortificador a la leche materna que usted se extraiga. Se le dará la leche materna a su bebé por biberón o por sonda.

Leche materna de donante

El profesional de su bebé puede recomendar que su bebé reciba leche de una donante (también llamada leche materna de una donante). La leche materna de una donante es la leche de pecho que se ha donado a un banco de leche. El banco de leche recibe y conserva leche materna donada, la somete a pruebas para verificar que sea segura y la envía a familias con bebés que la necesitan. El profesional de la salud de su bebé receta la leche materna de una donante. Tiene los mismos beneficios que si fuera su propia leche materna. A su bebé le darán la leche materna de la donante por biberón o por sonda.

Alimentación con leche de fórmula

Si desea o tiene que usar leche de fórmula, pregunte a su equipo de la NICU cuál es la mejor para su bebé. El equipo de atención médica le ayudará a asegurarse de que su bebé reciba todo el alimento que necesita. También pueden decirle cuánta fórmula darle a su bebé.



Cuando tiene más de un bebé, la alimentación puede ser un reto. Quizás descubra que un bebé se alimenta mejor del pecho y que otro del biberón. O tal vez un bebé crezca mejor con leche materna y otro con leche de fórmula. Usted puede decidir sacarse leche para todos sus bebés y solo usar leche de fórmula cuando sea necesario. Lleva tiempo descubrir lo que funciona mejor para usted y sus bebés. Pida ayuda a su enfermera o a la consultora en lactancia.

Palabras que debe saber

alimentación intravenosa — Cuando se alimenta a un bebé por un tubo delgado de plástico. Este tubo se coloca en una vena de la mano, el pie, el cuero cabelludo o el ombligo del bebé.

anticuerpos — Células del cuerpo que combaten infecciones.

calostro — Una forma de leche materna espesa y amarillenta que sale de los senos de la madre al poco tiempo de dar a luz y antes de que aparezca la leche materna. Es alimento para el bebé y ayuda a protegerlo contra las infecciones. El cuerpo de la madre comienza a producir calostro en los últimos meses de embarazo.

consultora en lactancia — Una persona con capacitación especial para ayudar a las mujeres a dar pecho.

equipo de atención médica — Un grupo de profesionales de la salud que trabajan juntos para atender a un bebé.

esófago — La parte del cuerpo que lleva alimentos de la garganta al estómago.

fórmula — Un producto lácteo que puede dársele a un bebé en vez de la leche materna.

IV — Ver vía intravenosa.

labio leporino — Un defecto de nacimiento en el cual el labio de arriba del bebé no se forma por completo y tiene una abertura.

método canguro — También se le llama contacto o cuidado piel a piel. Significa colocar a un bebé vestido sólo con el pañal sobre el pecho descubierto del padre o de la madre.

NICU — También se le llama unidad de cuidados intensivos neonatales o para recién nacidos. Es el lugar en el hospital donde se da atención médica especial a los recién nacidos.

nutrición parenteral total — Cuando un bebé recibe toda su nutrición por vía intravenosa. La solución IV le da al bebé todas o casi todas las calorías y nutrientes.

nutrientes — Los nutrientes, como las vitaminas y los minerales, ayudan al cuerpo a crecer y mantenerse sano.

protector de pezón — Una pieza de plástico suave y delgado que se coloca sobre el pezón. Tiene agujeros para permitir que la leche pase al bebé.

sonda de gastrostomía — También llamada tubo G o sonda de alimentación gástrica. Un tubo que se inserta hasta el estómago (órgano que ayuda en la digestión). Se ponen líquidos en la sonda para alimentar al bebé. Esta sonda se usa para bebés que no pueden comer por boca y requieren ayuda a largo plazo para alimentarse.

sonda nasogástrica — También llamada tubo NG (por sus siglas en inglés). Una sonda de alimentación que se coloca por la nariz del bebé. Pasa por el esófago (parte del cuerpo que transporta alimentos de la garganta al estómago) y hasta el estómago (un órgano que ayuda en la digestión). Se le da al bebé leche materna, leche de fórmula y medicinas a través de esta sonda. A veces se lo llama alimentación por sonda. Por lo general se usa este tipo de sonda en los bebés durante menos de un mes, pero algunos bebés la requieren por más tiempo.

sonda NG — Ver sonda nasogástrica.

sonda OG — Ver sonda orogástrica.

sonda orogástrica — También llamada tubo OG (por sus siglas en inglés). Una sonda de alimentación que se coloca por la boca del bebé. Pasa por el esófago (parte del cuerpo que transporta alimentos de la garganta al estómago) y hasta el estómago (un órgano que ayuda en la digestión). Se le da al bebé leche materna, leche de fórmula y medicinas a través de esta sonda. A veces se lo llama alimentación por sonda. Por lo general se usa este tipo de sonda en los bebés durante menos de un mes, pero algunos bebés requieren más tiempo.

succión no nutritiva — Succión que hace el bebé pero no para alimentarse. El bebé puede succionar el seno o chuparse el pulgar, los dedos, un chupón o un juguete.

TPN — Ver nutrición parenteral total.

tubo G — Ver sonda de gastrostomía.

tubo NG — Ver sonda nasogástrica.

tubo OG — Ver sonda orogástrica.

vena — Un vaso sanguíneo que lleva sangre de regreso al corazón.

vía intravenosa — También llamada vía endovenosa o IV. Un tubo que se inserta con una aguja en la vena (vaso sanguíneo que retorna sangre al corazón) del bebé. Sirve para inyectar líquidos, como fluidos, medicinas y sangre por la IV.