

REVISTA PARA CUIDADOS EN LA  
UCIN Y DURANTE LA MATERNIDAD

# Comienzos

## QUE SEA DOBLE

Análisis de las ventajas clínicas de la extracción simultánea de leche

## A POR EL ORO

Caso de éxito para el calostro bucal como primer alimento

## SENTIRSE FRESCA

Lo que necesitan los pechos en su jornada de embarazo y lactancia

# Medela Cares

COMPROMETIDOS A MARCAR LA DIFERENCIA



El cuidado siempre ha sido el eje del trabajo que realizamos en Medela. A medida que hemos crecido como empresa y nos hemos expandido por todo el mundo, también lo ha hecho nuestro deseo de marcar la diferencia a escala global. En consonancia con los Diez Principios del Pacto Mundial de las Naciones Unidas y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), Medela Cares se centra en dónde podemos tener el mayor impacto conforme a nuestras prioridades empresariales.

## Las personas

DEFENDER LA EQUIDAD, LA DIVERSIDAD Y LA INCLUSIÓN Y FOMENTAR EL CRECIMIENTO PERSONAL Y EL BIENESTAR. Como empresa familiar, nuestros apasionados empleados son el corazón de nuestra organización y el motor de todo lo que hacemos. Para garantizar que seguimos fomentando una cultura inclusiva, Medela puso en marcha programas de formación, tutoría y liderazgo. Este compromiso genuino con una cultura inclusiva se reflejó en nuestra encuesta anual de empleados, en la que Medela obtuvo una puntuación de 7,88 sobre 10 en el fomento de un entorno de trabajo inclusivo. Nuestros beneficios, como permiso parental equitativo por

nacimiento o adopción y las prestaciones para parejas de hecho, subrayan nuestro compromiso de fomentar una cultura laboral integradora.

Actos comunitarios como la Marcha del Lazo Rosa en apoyo de las supervivientes del cáncer de mama refuerzan nuestro compromiso mutuo y el de las comunidades a las que prestamos servicios.

## El planeta

MINIMIZAR NUESTRO IMPACTO AMBIENTAL E INNOVAR PENSANDO EN LA SOSTENIBILIDAD

Reconocemos el efecto que tiene nuestra actividad en el mundo que nos rodea y la importancia de la innovación para promover la sostenibilidad y la gestión medioambiental. A medida que nuestros productos y operaciones evolucionan, también lo hace nuestra responsabilidad de innovar teniendo en cuenta los objetivos de sostenibilidad. Nuestro compromiso con la innovación es que cada nuevo producto desarrollado en Medela mejore la vida de nuestros clientes y contribuya a nuestros objetivos de sostenibilidad. Haciendo realidad este compromiso, Medela fue galardonada con la Certificación Internacional de Sostenibilidad y Carbono (ISCC). La certificación nos permite fabricar productos y componentes con polipropileno (PP) de origen biológico obtenido a partir de residuos alimentarios, en lugar del PP de origen fósil utilizado habitualmente. La pezonera Contact (CNS) es el primer producto fabricado con material biológico. Su caja de almacenamiento se ha actualizado con material de base biológica, lo que ha permitido reducir un 13 % el peso del plástico y un 89 % las emisiones de CO<sub>2</sub> eq. por unidad.

A partir de 2021, un programa piloto se centra en eliminar el plástico y el cartón vírgenes siempre que sea posible y sustituirlos por soluciones recicladas, lo que se traducirá en una reducción del 30 % de los residuos de material de envasado y del 51 % de las emisiones de CO<sub>2</sub>.

"ASPIRAMOS A TENER UN IMPACTO MÁS AMPLIO, QUE VAYA MÁS ALLÁ DE NUESTRO NEGOCIO DIRECTO, PARA PRESTAR SERVICIOS A QUIENES NOS RODEAN EN ÁREAS QUE SE ALINEAN CON NUESTRA EXPERIENCIA Y NUESTRA PASIÓN".

ANNETTE BRÜLS, CEO DE MEDELA EN TODO EL MUNDO.

## Sociedad

FOMENTAR NUESTRA MISIÓN EN TODO EL MUNDO Y ASOCIARNOS CON OTROS PARA LUCHAR CONTRA LA MORTALIDAD INFANTIL.

Nuestro compromiso con el progreso social es testimonio de nuestra convicción de que solo con el apoyo y la colaboración de otras organizaciones afines podemos impulsar el cambio para mejorar la salud y los resultados sociales a largo plazo. Mediante asociaciones estratégicas, la participación de la comunidad e iniciativas específicas, estamos abordando la mortalidad infantil y materna y la desnutrición, así como aumentando el acceso a la educación y los recursos. Para mejorar los resultados de las madres y los lactantes y hacer frente a los retos de la equidad sanitaria, como los desiertos de salud materna, Medela colabora con organizaciones sin ánimo de lucro mundiales, nacionales y regionales.



Lanzada en 2021, la asociación con Laerdal Global Health apoya a las matronas de los países en desarrollo de la región del África subsahariana con formación, recursos y productos, para realizar partos asistidos por vacío en partos difíciles en zonas remotas.



LEA AQUÍ EL INFORME COMPLETO SOBRE EL IMPACTO DE MEDELA CARES EN 2023:

[www.medela.com/medela-cares-impact-report](http://www.medela.com/medela-cares-impact-report)

## ÍNDICE

- 02 **Medela Cares**  
Nuestro compromiso para marcar la diferencia
- 04 **Doble como estándar**  
Impacto y ventajas de la extracción simultánea de leche
- 09 **Higiene del set de extracción**  
Consejos de buenas prácticas de un especialista
- 12 **El calostro bucal es lo primero.**  
Más calostro para los bebés de la UCIN

- 14 **Margen para crecer**  
Lo que necesitan los pechos en crecimiento
- 16 **Siéntete fresca, mamá**  
La nueva generación de sujetadores de maternidad y lactancia
- 18 **Análisis de los bancos de leche materna**  
Nuevos seminarios web de EMBA con el apoyo de Medela
- 19 **Noticias locales**

## PIE DE IMPRENTA

Productos Medicinales Medela, SL  
C/ Pujades, 51-55 Box 13, 08005 Barcelona  
Tel. +34 933205969, E.mail: info@medela.es  
www.medela.es

Edición y texto:  
Medela Medizintechnik GmbH & Co. Handels KG  
Diseño gráfico: www.ruheundsturm.de, Munich

Imprime: OFFSET INFANTA, S.L.U, C/ Cirerers, 82,  
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona

Fuentes de imágenes:  
Medela Medizintechnik GmbH & Co. Handels KG;  
Adobe Stock: iDoPixBox, aopsan, Hand Robot, androoo,  
LIGHTFIELD STUDIOS

# Doble como estándar

## LAS VENTAJAS DE LA EXTRACCIÓN SIMULTÁNEA DE LECHE

Para asegurarse de que los recién nacidos a los que no se puede dar el pecho inmediatamente puedan seguir beneficiándose de las propiedades nutritivas de la leche materna, es fundamental extraerse leche directamente después del parto. Sin embargo, para garantizar que la madre alcance todo su potencial de volumen y, al mismo tiempo, active su suministro de leche, no sirve cualquier forma de extracción: La extracción doble eléctrica, idealmente con tecnología de iniciación, permite obtener los mejores resultados posibles. Un análisis de estudios convincentes y la práctica clínica.



# Ventajas estándar

Las ventajas de la extracción doble en comparación con la extracción simple (es decir, la extracción simultánea en lugar de una después de la otra) son irrefutables. La investigación científica de los últimos años no solo lo ha confirmado, sino que también ha descubierto otras ventajas de especial relevancia para las madres que requieren un extractor, tanto en el hospital como en casa. Entre estas ventajas se incluyen un aumento en la producción de leche, una mayor eyección de leche y la producción de leche con un mayor contenido energético.<sup>1</sup>

nacidos a término, que participaron en dos sesiones de extracción de leche, en un orden aleatorio. Un día, las madres realizaron una extracción doble durante 15 minutos; el otro, realizaron una extracción secuencial durante 15 minutos. La metodología única de este estudio se basó en el uso de un dispositivo de medición de la velocidad de flujo de leche para medir la eyección de leche. Las observaciones realizadas por los científicos fueron sorprendentes. Como afirma la Dra. Danielle Prime: "Comprobamos que la extracción doble no solo es más rápida, sino también más eficaz para extraer la leche, ya que estimula una eyección adicional de leche. De este modo, se extrae un 18 % más de volumen de leche durante una sesión de extracción de 15 minutos. Por lo tanto, se obtiene leche con mayor contenido de grasa, lo cual permite drenar mejor el pecho y obtener leche con un valor calórico más alto".

## AUMENTO DE LA PRODUCCIÓN DE LECHE

Aunque los estudios previos describían las mejoras en la producción de leche gracias a la extracción doble, no quedaba claro el posible mecanismo causante del aumento en la producción de leche. Desde entonces, este posible mecanismo se ha dilucidado en investigaciones.<sup>1</sup> El estudio investigó a madres de niños



## Extracción doble

La extracción doble con la tecnología 2-Phase Expression resulta muy beneficiosa para las madres.

**+1 eyección de leche**

Se obtiene una eyección de leche adicional y, con ella, más leche. La media con la extracción doble es de 4,4; con la extracción simple, 3,4.<sup>1</sup>

**18 % más de leche**

Mediante la extracción doble se obtiene de media un volumen de leche un 18 % mayor que con la extracción simple de cada mama.<sup>1</sup>

**8,3 % de contenido de grasa**

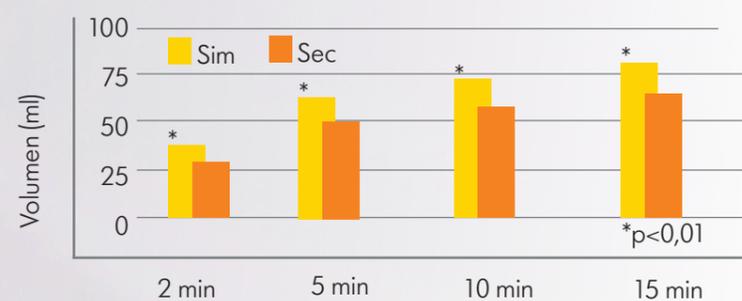
Se produce leche con mayor contenido energético. El contenido de grasa del volumen total extraído es del 8,3 %, en contraste con el 7,3 % de la extracción simple.<sup>1</sup>

**2 h de tiempo ahorrado**

Con la extracción doble se pueden ahorrar hasta dos horas diarias en comparación con la simple, si se realizan exclusivamente ocho extracciones al día.

## RESULTADOS DE VOLUMEN

DE LA EXTRACCIÓN DOBLE SIMULTÁNEA FRENTE A LA EXTRACCIÓN ÚNICA SECUENCIAL



Prime DK et al. Breastfeed Med. 2012;7:442-4

EL MAYOR VALOR CALÓRICO DE LA LECHE MATERNA EXTRAÍDA MEDIANTE LA EXTRACCIÓN DOBLE ES DE ESPECIAL RELEVANCIA PARA LOS LACTANTES PREMATUROS, CUYO DIMINUTO ESTÓMAGO SOLO PUEDE ABSORBER VOLÚMENES MUY PEQUEÑOS DE LECHE.





# Higiene estándar

EL RIESGO DE CONTAMINACIÓN MICROBIANA DE LOS SETS DE EXTRACCIÓN AUMENTA CON LA DURACIÓN DEL USO.



Cuando se extrae leche materna para los recién nacidos, la higiene es de suma importancia. La Dra. Veerle Cossey, especialista en higiene de la UZ Leuven (Bélgica), comparte sus experiencias y defiende los sets de extracción de 24 horas.

## EYECCIÓN DE LECHE ADICIONAL

Cuando se midieron las eyecciones de la leche durante la extracción simple y doble, se aclaró por qué la extracción doble producía más volumen de leche y drenaba mejor el pecho: durante la extracción doble se producía una eyección de leche adicional.

El reflejo neurohormonal de eyección de la leche, con su hormona principal, la oxitocina, es crucial para la extracción de leche y el mantenimiento de la lactancia. La leche solo está disponible en el pecho durante las eyecciones de leche, que son pequeños aumentos diferenciados de la presión intraductal, el diámetro del conducto galactóforo y la velocidad de flujo de leche. Las eyecciones de leche se producen en ambos pechos al mismo tiempo, y el número total de eyecciones de leche oscila entre 2 y 14 entre las madres.<sup>2</sup> Esto explica por qué la extracción de leche varía de una madre a otra; algunas madres eliminan la leche rápidamente, mientras que otras necesitan un poco más de tiempo. A pesar de esta variación entre madres, para cada madre en particular el patrón de eyección de leche es muy homogéneo durante el primer año de lactancia.<sup>3</sup>

## MAYOR CONTENIDO ENERGÉTICO

Tras una extracción doble durante 15 minutos, el contenido de grasa de la cantidad total de leche extraída era del 8,3 %, significativamente superior al 7,3 % medido durante la extracción simple.<sup>1</sup> Esto es importante por varias razones: Durante la lactancia/extracción, el contenido de grasa de la leche aumenta de forma constante. Cuando la leche presenta un mayor contenido de grasa, significa que el pecho se ha drenado mejor, que es justamente lo que ocurre con la extracción doble. A su vez, se sabe que un buen drenaje mamario es muy importante para mantener y aumentar la suministro de leche. Por supuesto, extraerse leche con un mayor contenido de grasa es también un gran beneficio en sí mismo y especialmente relevante para los lactantes muy frágiles o prematuros. El pequeño estómago de los recién nacidos prematuros solo puede absorber volúmenes muy pequeños de leche, por lo que es esencial asegurarse de que esta leche tenga un alto valor calórico.

## 4 consejos para optimizar la extracción de leche



Relajarse

Estar relajada favorece el flujo de leche. El estrés y la adrenalina inhiben la oxitocina, la hormona fundamental para la eyección de leche.<sup>4</sup>



Observar

Muchas madres no notan la eyección de leche, de modo que es esencial prestar atención. La eyección de leche se reconoce por los primeros chorros de leche.<sup>5</sup>



Cambiar

Es importante pasar a la fase de extracción con el primer flujo de leche, ya que la primera eyección de leche proporciona alrededor de un 36 % del volumen.<sup>6</sup>



Ajustar

Para extraer más leche en menos tiempo, las madres deben ajustar el vacío al nivel máximo que resulte cómodo durante la fase de extracción.<sup>7</sup>

## ¿Cuáles son los sets de extracción más utilizados en su hospital y por qué?

Solo utilizamos sets desechables ready-to-use para usar en todas las salas. Son higiénicos y microbiológicamente seguros durante 24 horas si se manipulan correctamente, y la madre puede ocuparse de ellos fácilmente.

## Entonces, ¿también usa sets ready-to-use en la UCIN?

Sí, pero de un solo uso. En las salas de maternidad y pediatría, los sets de extracción suelen utilizarse durante 24 horas. La madre enjuaga el embudo, el conector y la membrana con agua corriente después de cada uso y los seca con toallitas de papel. A continuación, puede guardar los sets de extracción en un recipiente limpio y abierto hasta su próximo uso. Si están visiblemente sucios y son los últimos después de 24 horas, se sustituyen los sets. Pero en la UCIN los cambiamos después de cada sesión de extracción. Lo mismo sucede en Pediatría por cierto, si los bebés son muy frágiles y/o inmunodeprimidos.

## ¿Qué precauciones de higiene da a las madres?

Antes de hablar siquiera de cómo limpiar los sets de extracción, insistimos en la higiene de las manos y los pechos: Las madres deben lavarse bien las manos antes de preparar los sets de extracción. Las instruimos para que utilicen siempre agua corriente, jabón líquido y toallitas de papel. Si tienen que permanecer en cama, deben utilizar desinfectante de manos. Suministramos gel desinfectante con cada unidad de extracción. La higiene del pecho también es importante,

ya que hay muchos microorganismos presentes alrededor del pezón y la areola. La leche materna extraída debe contener la menor cantidad posible, por lo que recomendamos lavar los pechos a diario y limpiar la zona del pezón y la areola antes de cada sesión de extracción con una toalla de papel húmeda.

## ¿Algún consejo específico que dé a las madres para manejar los sets de extracción?

Coloque siempre la tapa de rosca de los recipientes de leche con la parte interior hacia arriba. No toque nunca el interior de los recipientes ni las tapas de rosca. Lo mismo ocurre con los embudos: Sujételos siempre por fuera.

## Si los sets de extracción se utilizan durante más de 24 horas, ¿qué tipo de riesgos ve en caso de que no se esterilicen o esterilicen en autoclave de forma profesional?

El principal riesgo es la contaminación microbiana de los sets de extracción y, posteriormente, de la leche materna extraída. Ese riesgo aumenta con la duración del uso y el número de sesiones de extracción. Procede de varias fuentes potenciales, como los restos de leche que quedan en el set de extracción, así como el entorno en el que se almacena el set de extracción entre usos. También existe el riesgo de que un set de extracción de 24 horas pierda eficacia con el paso del tiempo y se reduzca la producción de leche. Nunca recomendaría utilizar un set ready-to-use durante más de 24 horas sin esterilizarlo o esterilizarlo en autoclave, por muy cuidadosamente que se manipule.

# Práctica estándar

Los resultados generales obtenidos durante la extracción doble por supuesto no son superiores a la capacidad de extracción de un bebé sano mientras toma el pecho. Sin embargo, las extracciones dobles (especialmente con el uso de la tecnología de iniciación) se acercan mucho a lo que el bebé sano es capaz de hacer cuando

se alimenta del pecho. Lo más significativo es que los resultados son claramente superiores a los que se obtienen con la extracción única secuencial. Por lo tanto, todas las investigaciones sugieren que la extracción doble eléctrica debería ser una práctica habitual cuando la lactancia materna aún no es posible.

## No lo dude, ¡inicie!

La extracción doble es aún más eficaz cuando se aprovechan al máximo los dos programas de extracción de Symphony:

- Utilizar el programa INITIATE de Symphony para activar la lactancia en los primeros días tras el parto
- Utilizar MAINTAIN para desarrollar y mantener un buen suministro de leche después de la subida de la leche

Las investigaciones demuestran que los resultados de ambos programas combinados se aproximan a los de los bebés amamantados.



Neville MC et al. Am J Clin Nutr. 1988; 48(6):1375-1386  
Meier PP et al. J Perinatol. 2012; 32(2):103-110

## Justo en el clavo

Los beneficios de la extracción doble eléctrica están ampliamente reconocidos y se han incluido en las recomendaciones de muchos protocolos de sociedades sanitarias nacionales, así como en iniciativas internacionales.

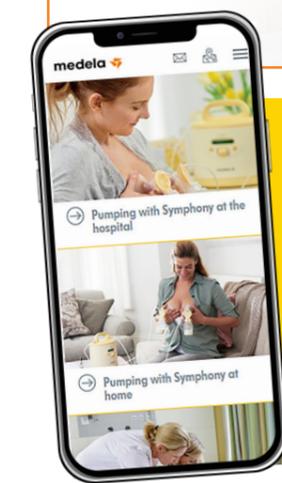
"Guide to the Neonatal Standards" (Guía de las normas neonatales) de Baby Friendly Initiative y UNICEF UK

Directrices para la nutrición enteral en recién nacidos prematuros – Actualización de 2023 de la Sociedad Portuguesa de Neonatología

...using donor human milk (DHM) ...  
...of exclusive breastfeeding at discharge ...  
To maximize milk supply, mothers should begin to express breastmilk within 3-6 hours<sup>25</sup> following delivery (LOE 2-), or even earlier<sup>26</sup>. Initially, expressing breastmilk 8-12 times per day is desirable<sup>27</sup>. Afterwards, at least 5 daily pumping sessions is suggested to support mothers of hospitalized preterm infants<sup>28</sup>. **Electric pump is preferred, since this method can mimic the biphasic infant suckling, increasing prolactin and oxytocin and milk production, compared to manual expression<sup>26,27</sup>.** **Double electric pump is reported to produce larger volumes of milk than single electric pump<sup>29</sup>.**

Despite potential adverse consequences of postnatal pumps are always required citomegalovirus in more immature infants, the efficient. **Promoting double pumping as this can be more efficient in gaining larger volumes in a shorter period of time as opposed to expressing both breasts separately.**

Providing mothers with storage containers and labels and ensuring that there is a system whereby milk is labelled to enable it to be used in order of expression to help maximise the effectiveness of breastmilk. **Double electric pump has been primed with colostrum and should be used fresh whenever possible.**



**No lo olvide:**  
**DOBLE ESTÁNDAR PARA EL HOGAR**

La extracción doble también es muy recomendable para seguir iniciando y manteniendo en casa el suministro de leche de una madre que requiere un extractor. Siempre recomendamos un set de extracción doble para el alquiler de Symphony para obtener los mejores resultados.

PARA MÁS INFORMACIÓN, VISITE NUESTRO CENTRO SYMPHONY:  
[www.medela.com/symphony-hub](http://www.medela.com/symphony-hub)

# El calostro bucal

## DEBERÍA SER SIEMPRE LA PRIMERA ALIMENTACIÓN

Aniko Deierl, neonatóloga consultora del Imperial College NHS Healthcare Trust de Londres, y su equipo se han hecho con la medalla de oro al impulsar con gran éxito una mayor disponibilidad de calostro en las UCIN.

**CRITERIOS DE VALORACIÓN:**

- % de bebés que reciben calostro en 6 horas
- % de bebés que reciben calostro en 24 horas
- % de bebés que reciben calostro como primera toma
- % de bebés que reciben MEBM\* el día 14
- % de bebés que reciben MEBM al alta



Los "Paquetes sobre el calostro" (Colostrum Packs) Aniko Deierl y su equipo destacan la importancia, qué regalo significan estas primeras gotas de oro para el bebé.

**El calostro es oro líquido y siempre debe ser la primera alimentación del bebé, especialmente en la UCIN. Este es el objetivo estratégico que llevamos tres años tratando de imponer.**

Cuando iniciamos este proyecto de mejora de la calidad en 2020 y medimos nuestra situación, solo entre el 10 y el 20 % de los bebés ingresados en la UCIN <34 semanas de gestación recibían calostro en las primeras 24 horas. En aquel momento, el calostro de 24 horas no formaba parte de nuestras medidas de resultados, por lo que las bajas cifras nos sorprendieron un poco, y ello a pesar de que nuestra tasa de lactancia materna al alta era de alrededor del 80 %, superior a la media nacional.

**ÉXITOS SOSTENIBLES**

Nuestro objetivo era aumentar esta cifra, con la meta de que el 80 % de los bebés ingresados en la UCIN (<34 semanas de gestación) recibieran calostro en las primeras 24 horas en los próximos 12 meses. El camino no siempre fue fácil, especialmente durante el período con COVID, que afectó negativamente a la estrecha relación necesaria para la extracción precoz del calostro con la madre. Aun así, hemos avanzado mucho: Las cifras varían cada mes, pero por ahora, entre el 50 y el 80 % recibe calostro en las primeras 24 horas de vida. Ahora nos damos cuenta de que la sostenibilidad de nuestro éxito es el verdadero reto: Tenemos que seguir presionando para garantizar que todos los días, todos los bebés tengan la oportunidad de beneficiarse del calostro temprano. Debemos garantizar que los bebés prematuros (<34 semanas) reciban calostro bucal en las primeras

seis horas de vida, idealmente como primera toma, y que la lactancia temprana esté bien establecida para que las madres puedan alcanzar un volumen óptimo y los bebés puedan seguir beneficiándose de la propia leche materna.

**IMPULSAR EL ESTÁNDAR DEL ORO LÍQUIDO**

Para alcanzar este objetivo, implantamos un nuevo procedimiento operativo estándar y formamos a las matronas y al equipo neonatal de MDT en él. Hemos adquirido específicamente extractores de leche Symphony de Medela con el programa INITIATE para todas nuestras áreas, incluida la sala de partos, para que todas las madres puedan iniciar la extracción doble utilizando el programa INITIATE en las dos horas siguientes al parto. Periódicamente impartimos formación presencial para matronas sobre nuestros extractores. También nos aseguramos de que las matronas entreguen a las madres, antes o directamente después del parto, nuestros nuevos "Paquetes sobre el calostro oro líquido", que incluyen todos los accesorios para la extracción doble, jeringas, una guía de inicio rápido para la extracción y material informativo sobre el calostro. Los médicos neonatólogos tienen instrucciones de incluir información sobre el calostro cuando realizan el asesoramiento prenatal y se espera que el equipo de neonatología llame a la matrona y compruebe que la primera extracción se produce en las dos horas siguientes al traslado del bebé a la UCIN. Cuanto antes reciban las enfermeras neonatales el calostro recogido, antes podrán administrárselo por vía oral.

**NO ES NUTRICIÓN, ES PREPARACIÓN INTESTINAL.**

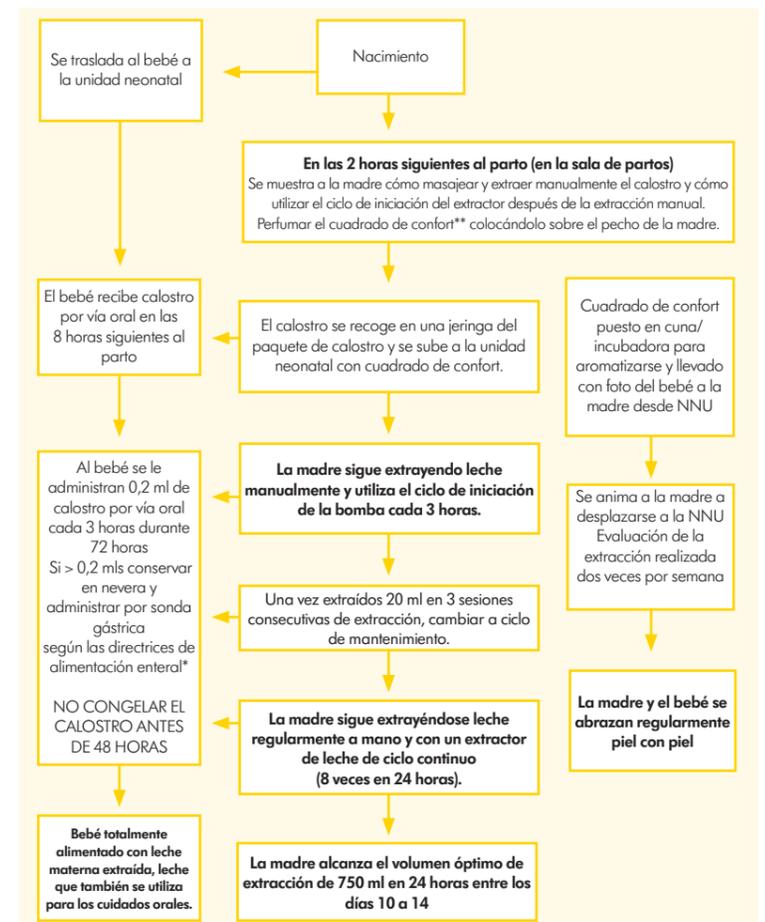
Es seguro administrar calostro en pequeños volúmenes (0,2 – 0,3 ml) incluso en bebés con ventilación mecánica, ya que es absorbido por la mucosa oral. La alimentación enteral no debe retrasarse más allá de las ocho horas de vida, pero el bebé se beneficia enormemente si el calostro bucal es la primera toma. Poner gotas de leche materna en la mucosa oral del lactante no es nutrirle, ¡es preparar su intestino! También se observó una relación entre el calostro temprano y una mayor proporción de leche materna exclusiva a los 7 y 14 días del nacimiento".

**4**

**NUESTROS IMPULSORES PRINCIPALES**

- 1) FORMACIÓN** de la madre y del personal de neonatología/maternidad sobre los beneficios del calostro (ante/postnatal)
- 2) EQUIPO ADECUADO** en todas las áreas (sala de partos, sala de posparto, UCIN) para favorecer la extracción temprana del calostro, incluidos nuestros paquetes "Paquetes sobre el calostro" y los extractores de leche Symphony con tecnología de iniciación
- 3) RESPALDO DE LA EXTRACCIÓN TEMPRANA** de calostro y alimentación precoz con calostro, idealmente en las primeras seis horas de vida
- 4) APOYAR LA LACTANCIA** y el camino hacia la lactancia materna durante la estancia en la UCIN, para lograr una lactancia materna satisfactoria al final

**Procedimiento operativo estándar en el Imperial College London**



\* leche materna extraída de la madre  
 \*\*cuadrados de punto con textura que se utilizan para captar el olor de la madre y luego se colocan en la incubadora con el bebé.

# MARGEN *para crecer*

## APOYAR A LOS PECHOS EN SU TRAYECTORIA

La producción de leche materna es una maravilla de la naturaleza y los pechos de la madre empiezan a prepararse para esta tarea desde el primer día de embarazo. Un proceso que conlleva cambios constantes que requieren un cuidado especial, también en lo que se refiere a la ropa íntima.

El camino de la madre hacia la lactancia materna comienza mucho antes de que nazca el bebé. De hecho, los cambios perceptibles en los senos suelen ser un primer signo de embarazo. El aumento de las hormonas y el cambio en la estructura del pecho hacen que sus pezones y pechos puedan ser más sensibles y delicados desde la tercera o cuarta semana de embarazo. A partir de la semana 15, aproximadamente, las nuevas células productoras de leche de los senos se activan y, en torno a la semana 22, empiezan a producir leche.<sup>1</sup> Asegurarse de que nada perturbe este delicado proceso y, al mismo tiempo, garantizar que la madre se sienta lo más cómoda posible es ahora el reto al que tienen que enfrentarse los sujetadores para las madres.

### CRECER DE FORMA CÓMODA

Los pechos pueden aumentar hasta un 46 % de talla desde antes del embarazo hasta el nacimiento.<sup>1</sup> En el momento de la subida de la leche materna, es probable que sean casi una vez y media más grandes que antes de quedarse embarazada. Un sujetador demasiado apretado o con alambres rígidos no solo resulta incómodo, sino que puede obstruir los conductos galactóforos y provocar congestión mamaria. A la mayoría de las mujeres les resulta más cómodo un estilo sin costuras con tirantes anchos con un tejido suave y transpirable, que se estira y crece con sus pechos. Sus pechos pueden empezar a sentirse pesados o doloridos, por lo que llevar un sujetador con buena sujeción puede ayudar a evitar el dolor mamario.

### MANTENER EL CALOR A RAYA

No siempre se habla de los sofocos durante el embarazo ni de los sudores nocturnos posparto, pero es completamente normal que la temperatura corporal de una madre embarazada aumente un grado centígrado durante el embarazo,<sup>2</sup> lo que puede provocar molestias y sudores. Se sabe que la temperatura de la piel del pecho aumenta 1 °C más durante la lactancia, en parte debido al aumento de los niveles de oxitocina y prolactina, así como al aumento de la presión arterial.<sup>2</sup> Los estudios realizados en mujeres lactantes también han demostrado un aumento de la temperatura de la piel de las mamas<sup>3</sup> y un aumento del flujo sanguíneo mamario durante la lactancia.<sup>4</sup> De hecho, el flujo sanguíneo de la madre se mantendrá elevado durante toda la lactancia y solo volverá a descender rápidamente a los niveles previos al embarazo cuando deje de dar el pecho.<sup>5</sup> En consecuencia, los estudios han revelado que hasta el 35 % de las mujeres sufren sofocos durante el embarazo, mientras que el 29 % sigue experimentándolos después del parto.<sup>6</sup> Los sujetadores de maternidad y lactancia con tecnología de secado rápido pueden reflejar este reto y ayudar a la madre a mantenerse seca y cómoda durante estos momentos de calor.

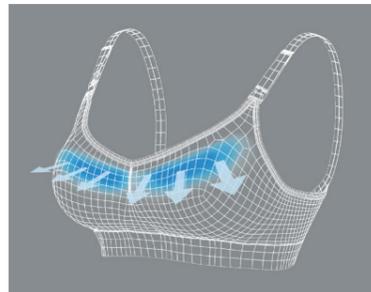
## *Es bueno saberlo*

- ✓ Se puede almacenar menos del 4 % de la leche en los conductos, de modo que las eyecciones de la leche son esenciales para extraerla. Dado que el estrés puede inhibir la eyección de leche, estar cómoda y relajada favorece el flujo de leche.<sup>7</sup>
- ✓ El 65 % del tejido glandular se encuentra en un radio de 30 mm de la base del pezón y los conductos residen cerca de la superficie de la piel. La presión ejercida sobre los conductos y los tejidos de esta área puede restringir el flujo de leche.<sup>7</sup>
- ✓ La proporción de tejido glandular con respecto a la grasa intraglandular varía en gran medida de una mujer a otra. Es la cantidad de tejido glandular, y no el tamaño del pecho, lo que determina la capacidad de producir leche.<sup>7</sup>

# SIÉNTETE GUAPA, *mamá*

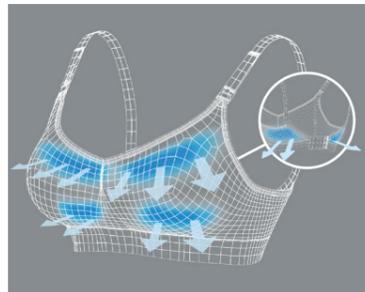
## MÁXIMA ASISTENCIA ANTES Y DESPUÉS DEL PARTO

Muchas mujeres embarazadas experimentan un aumento de la temperatura corporal, y más del 29 % sufren sofocos<sup>1</sup> antes y después del parto. Por eso los sujetadores Medela Keep Cool™ utilizan unas exclusivas zonas de transpiración integradas y una nueva tecnología de secado rápido para ayudarle a equilibrar la temperatura corporal y proporcionarle la máxima comodidad.



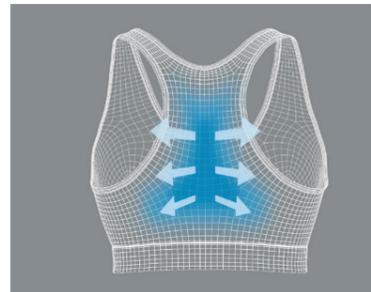
### Keep Cool™ Bra

Suave, sin alambres y sin costuras, ofrece un soporte de suave a moderado y dos zonas de respiración integradas para ayudar a equilibrar la temperatura corporal.



### Keep Cool™ Ultra™ Bra

Suave, sin alambres y sin costuras, con seis zonas de respiración integradas para un máximo confort y diseñado para una sujeción moderada. Las almohadillas de espuma perforada extraíbles ofrecen mayor forma y protección.



### Keep Cool™ Sleep Bra

Diseñado para noches más frescas, confortables y cómodas con una zona de respiración en la espalda completa, soporte suave y ajuste cruzado para facilitar la alimentación durante la noche.

SOFT TOUCH  
ADAPTIVE STRETCH™



TECNOLOGÍA DE  
SECADO RÁPIDO



CONTROL DE LA  
TEMPERATURA



TOTALMENTE  
DESPLEGABLE  
KEEP COOL™ Y  
KEEP COOL™ ULTRA



CRUZADO PARA  
UNA FÁCIL  
ALIMENTACIÓN  
KEEP COOL™ SLEEP™



TIRANTES  
FÁCILMENTE  
AJUSTABLES  
KEEP COOL™  
Y KEEP COOL™ ULTRA



ALMOHADILLAS DE  
ESPUMA PERFORADA  
EXTRAÍBLES  
KEEP COOL™



### ¿SABÍA QUE...?

En los dos primeros meses de lactancia, hasta el 90 % de las madres sufren pérdidas de leche materna.<sup>3</sup> Los **discos absorbentes ultratranspirables** de Medela están diseñados para absorber 50 veces su peso y son un 20 % más transpirables que los de la competencia. Todo ello con un grosor extraplano de 1,6 mm. Hipoalérgico, dermatológicamente probado y con un 25 % menos de plástico en el envoltorio.

NOVEDAD



MÁS INFORMACIÓN:

[www.medela.com/maternity-pumping-bras](http://www.medela.com/maternity-pumping-bras)  
[www.medela.com/breastcare-worldwide](http://www.medela.com/breastcare-worldwide)



# A favor de

## MÁS LECHE MATERNA EN LA UCIN

Los bancos de leche materna desempeñan un papel crucial para garantizar que el suministro de leche materna sea seguro y de la mejor calidad posible. Participe en estos nuevos seminarios web y descubra cómo puede funcionar en la práctica.



supported by  
**medela**  
THE SCIENCE OF CARE™

*¡Regístrate ahora!*

Para sesiones en directo y grabaciones gratuitas, todas ellas en inglés.  
[medela.com/webinars](https://medela.com/webinars)



## MEDELA APOYA LAS CASAS Y SALAS RONALD MCDONALD con extractores Symphony en España.



El compromiso continuo de Medela con las familias que amamantan se ha visto reflejado en la donación de siete extractores de leche Symphony a la Fundación Infantil Ronald McDonald en siete de sus programas en España.



Las Casas Ronald McDonald se encuentran en Madrid, Barcelona, Málaga y Sevilla, y las Salas Familiares en Barcelona, Madrid, Murcia y Zaragoza. La Fundación Infantil Ronald McDonald es una organización sin ánimo de lucro que construye y mantiene Casas y Salas Familiares Ronald McDonald en toda España.

en la UCIN y así apoyar un inicio de producción de leche exitosa.

Isabel Pozuelo, Responsable de Alianzas Corporativas, expresó su agradecimiento manifestando que, "Sin duda será una ayuda enorme para las madres. El disponer de estos sacaleches en las Casas y Salas Ronald McDonald va a facilitar a las madres mantener la lactancia materna durante el tratamiento de su bebé."

En las Casas Ronald proporcionan alojamiento gratuito a familias que se tienen que desplazar para que sus hijos o hijas enfermas reciban tratamiento médico. En las Salas Familiares, ubicadas dentro de hospitales de referencia, se proporciona un espacio en el que las familias con niños y niñas hospitalizados pueden descansar, relajarse y comer sin apenas separarse de ellos.

Noelia López, del equipo de ventas de N&M ha realizado recientemente una formación integral a los responsables que atenderán estos puntos para poder asesorar y ayudar a las familias que hagan uso de ellos. Por otra parte, Cristina Ochoa, Responsable de Ventas N&M comentó "Es un proyecto que nos llena de orgullo por poder estar presentes en un momento tan importante de las madres y sus bebés que nunca olvidarán".

Sin embargo, las madres lactantes a menudo se enfrentan al reto de encontrar extractores de leche de calidad hospitalaria mientras sus bebés están



**¿Sabías que la mamá puede alquilar nuestro sacaleches Hospitalario Symphony Plus para utilizarlo en su casa?** En nuestra tienda online ponemos al alcance de las mamás los productos de lactancia y también el alquiler del extractor hospitalario Symphony, con entrega a domicilio en un plazo de 24h/48h.

### Modelos operativos de los bancos de leche (Operational Models of Milk Banking)

Jueves, 21 de marzo de 2024,  
3 p. m. – 4:40 p. m.

Obtenga una visión general de los distintos modelos operativos de los bancos de leche en Europa. Algunos países, como Alemania e Israel, han realizado modelos específicos que han demostrado tener éxito. Únase a Daniel Klotz y Sharron Bransburg-Zabary para aprender de sus experiencias.



**PD Dr. Daniel Klotz**  
Miembro del Consejo de EMBA, Neonatología y UCI pediátrica Centro Médico Universitario de Friburgo, Alemania



**Dr. Sharron Bransburg-Zabary, IBCLC**  
Director del Banco Nacional de Leche Materna de Israel de Magen David Adom, Israel

### Más leche materna en la Unidad Neonatal: sí, pero ¿cómo? Aspectos del liderazgo para impulsar el cambio de prácticas.

Jueves, 27 de junio de 2024,  
3 p. m. – 4:40 p. m.

Obtenga una visión general de las soluciones prácticas para aumentar la alimentación con leche materna en la unidad neonatal y aprenda de un caso práctico cómo aumentar la disponibilidad de leche de donante y leche materna en prematuros tardíos. Moderado por el presidente de la EMBA, el profesor Sertac Arslanoglu.



**Prof. Sven Wellmann**  
Jefe de Neonatología, Centro Perinatal Universitario de Ratisbona, Hospital St. Hedwig de la Orden de San Juan, Alemania



**Prof. Miguel Sáenz de Pipaón**  
Neonatología, Hospital La Paz-Universidad Autónoma de Madrid, España

### Novedades sobre la transmisión de virus a través de la leche materna y regulación de la leche materna de donante en Europa

Martes, 8 de octubre de 2024,  
3 p. m. – 4:40 p. m.

Aprenda gracias al Prof. Lembo sobre el sistema inmunitario del lactante y los factores protectores de la leche materna, que pueden desempeñar un papel importante en la prevención de infecciones. El Prof. Arslanoglu, Presidente de la EMBA, hablará de las actividades recientes en pro de un marco regulador común de la leche materna de donante en Europa.



**Prof. David Lembo**  
Jefe del Laboratorio de Virología Molecular e Investigación Antiviral, Universidad, Turín, Italia



**Prof. Sertac Arslanoglu**  
Jefe de la División de Neonatología de la Universidad Medeniyet de Estambul, Turquía

# Te asesoramos para que puedas ayudar a las madre

## ¡Nos encanta compartir!

Las últimas investigaciones sobre la la leche humana, estudios relevantes sobre lactancia materna, los mejores casos de la práctica clínica y, por supuesto, todo lo que hay que saber sobre cómo utilizar mejor nuestros productos. Aquí, puede encontrar todo lo que necesita para ayudar a las madres a alcanzar sus objetivos de lactancia materna.

### NEWSLETTER

Suscríbese ahora para recibir las últimas noticias del mundo de la lactancia materna y la investigación sobre lactancia, eventos exclusivos, los mejores casos de toda Europa, tecnologías innovadoras e interesantes desarrollos de producto.



### SYMPHONY HUB

Nuestro sistema de asistencia digital sobre cómo utilizar nuestro extractor hospitalario y el extractor de alquiler, Symphony. Con sencillas instrucciones paso a paso, vídeos útiles, enlaces y elementos visuales, todo ello optimizado para su uso móvil.



### MEDELA UNIVERSITY

Inscríbese en cursos gratuitos en línea y charlas a la carta sobre lactancia materna y amamantamiento, impartidos por científicos de renombre mundial.



**¿ALGUNA PREGUNTA,  
COMENTARIO O IDEA QUE QUIERA  
COMPARTIR? ¡NOS ALEGAMOS DE  
TENER NOTICIAS SUYAS!**

Póngase en contacto con nosotros en  
[info@medela.es](mailto:info@medela.es)