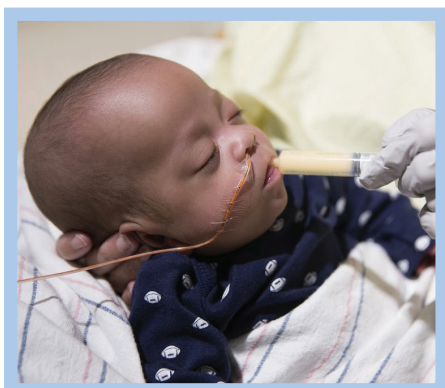


# Produzindo Leite Materno Quando Seu Bebê é Prematuro

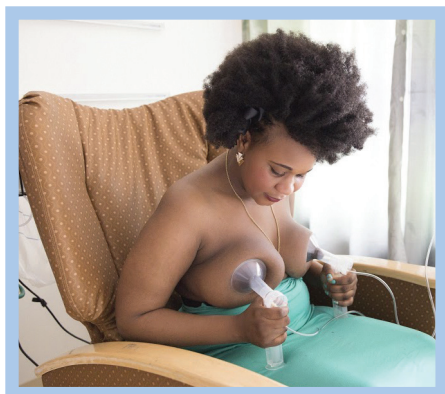
Os bebês muito prematuros geralmente precisam ficar na unidade de tratamento intensivo neonatal. Seu leite materno é um remédio e um alimento para seu bebê. É importante começar a produzir leite materno o mais breve possível após o nascimento. Quanto mais cedo você começar, mais leite você produzirá para o seu bebê.



Seringa com colostro



Um bebê recebe colostro por meio de uma seringa



Leite materno produzido por meio de bombinha



Expressão manual

## As primeiras gotas de leite materno são denominadas “colostró”

- O colostro surge como pequenas gotas de leite que podem parecer amarelas. Tem nutrientes especiais que podem ajudar a evitar infecções.
- Muitas pessoas dizem que o colostro é o “ouro líquido”, por ser tão especial.
- Você pode usar uma bombinha e as suas mãos para produzir o colostro. Tente coletar seu colostro o mais breve possível após o parto, para que esteja pronto para seu bebê tomar assim que necessário. Quanto mais cedo você começar a tentar, mais leite você produzirá.
- As enfermeiras podem dar o seu colostro ao seu bebê, mesmo quando seu bebê ainda não for grande o suficiente para tomá-lo diretamente de uma mamadeira.

## Produzindo mais leite ao longo do tempo

- Após alguns dias, seu leite mudará. Parecerá mais branco e você estará produzindo muito mais quantidade.
- Esse leite geralmente chega cerca de 3 a 5 dias após o nascimento do bebê; ou às vezes demora um pouco mais, após o nascimento de um bebê prematuro, uma cesariana; ou se você tiver tomado determinados medicamentos antes ou durante o parto.
- Esse é o leite que seu bebê precisa para crescer.

## Com que frequência devo usar a bombinha para tirar o leite do peito?

- Use a bombinha pelo menos 8 vezes num período de 24 horas.
- Não se esqueça de usar a bombinha à noite. É recomendável colocar um despertador para acordá-la para bombear o leite do peito.
- É normal nos primeiros dias produzir apenas algumas gotas de colostro. Mesmo quando não produzir muito leite no início, o uso frequente da bombinha logo no começo a ajudará a produzir mais leite no futuro.

## Expressão manual

- Você também pode tirar leite das mamas usando sua mão para esguichar o leite diretamente dentro de uma xícara pequena.
- A expressão manual pode ser feita logo após ou mesmo antes do parto.
- Pode ser feita ao mesmo tempo ou logo após o uso da bombinha para produzir mais leite materno.

## Como obtenho ajuda com o uso da bombinha ou expressão manual?

- Consultores de amamentação (profissionais especialmente treinados para ajudá-la a amamentar) ou enfermeiras podem ajudá-la a usar a bombinha e aprender a fazer expressão manual.
- Ajuda e apoio podem ser também fornecidos pela sua família e seus amigos.