

¿Cómo administrar?

Lo mejor es calentar la jeringuilla entre las manos y administrar el calostro con ella. Para administrarlo hay diferentes técnicas, y dependerá del motivo, de quien lo administra y del estado, tanto del bebé como de la madre.



El método más indicado sería **dedo-jeringuilla** seguido del de **jeringuilla solo**.

- Con las manos muy limpias, sentarse cómodamente, y **colocar el bebé incorporado entre las piernas**, de cara.
- Estimular **el paladar con el dedo pequeño de la mano**, haciendo diferentes movimientos de fuera hacia adentro. No sobrepasar el primer tercio de la lengua para no provocar náuseas.
- La jeringuilla se pone por una de las **comisuras labiales** (no por el centro de la boca).
- Cuando el bebé inicia la succión, se coloca una **gota de calostro en la boca** y se espera a que succione y se lo trague. Después, será el bebé quien **irá chupando** lo que hay en la jeringuilla con su succión.

Cuadro de conservación leche/calostro

	Temperatura ambiente	Frigorífico	Congelador */**	Congelador puerta separada ***	Congelador ****
Calostro	Calostro	24h	1 semana	1 semana	2 semanas
Calostro descongelado	8h	12-14h	No volver a congelar	No volver a congelar	No volver a congelar
Recién sacada y cerrada en un recipiente	6-8h a 25º max.	2-3 días a 4º o menos	2 semanas	3 meses	6-12 meses a -20º o menos
Descongelada poco a poco y sin usar	Hasta la próxima toma y no más de 4h	1 día	No volver a congelar	No volver a congelar	No volver a congelar
Descongelada con agua caliente	Hasta que se acabe la toma	4h	No volver a congelar	No volver a congelar	No volver a congelar
Lo que sobra de una toma	Hasta que se acabe la toma	Tirar	No congelar	No congelar	No congelar



EXTRACCIÓN PRENATAL DEL CALOSTRO

Beneficios de la extracción prenatal de calostro

- Reducir los miedos relacionados con la propia capacidad de amamantar y aumentar la **autoconfianza y seguridad**.
- Estimular la **glándula mamaria** y aumentar los receptores de oxitocina y prolactina.
- Activar y estimular la **lactogénesis I** y evitar el retraso de la lactogénesis II.
- Facilitar el **autoconocimiento del pecho** y su funcionamiento.
- Aprender a **extraer y conservar** el calostro.
- Reducir la incidencia de **suplementación** con sucedáneos y sus riesgos asociados.
- Evitar que los bebés lleguen al 10% de la **pérdida de peso** en el nacimiento.
- Evitar **exposiciones precoces a la proteína de la vaca** (presente en los sucedáneos de leche materna) que está asociado a un aumento del riesgo de sufrir enfermedades como obesidad, diabetes y alergias.

Técnica

1. Higiene de manos
2. Calor previa
3. Preparar el material de recogida
4. Estimulación/masaje para desencadenar el reflejo de la oxitocina
5. Estimulación/extracción del calostro con pulgar y índice en la areola a unos 3-4 cm del pezón y empujar hacia las costillas (no hacia fuera), notando la glándula entre los dedos

Duración: 20 minutos máximo, alternando 5 minutos por pecho y rotando la posición de los dedos.



Material a preparar

- Jeringuillas estériles de 1 ml o recipientes recolectores de calostro
- Tapones estériles
- Bolsas de plástico pequeñas
- Rotulador para marcar la fecha



Recolección, conservación y transporte de la leche

- Recoger las gotas en jeringuilla estéril y tapón (o recipiente adaptado). Guardar en la nevera para próximas extracciones del mismo día.
- Usar una jeringuilla por día.
- Congelar con la fecha al final del día.
- Transporte al hospital en frío después del parto. Te lo pueden guardar en la nevera del servicio.
- Calentar con las manos y se puede administrar en cualquier momento.

¿Cuándo se puede dar al bebé?

- Cuando el bebé **no se agarra al pecho dentro de las primeras 2 horas** de vida, haciendo una toma efectiva.
- Todos los bebés hacen un descanso fisiológico después de estas 2 primeras horas. Cuando este **descanso se alarga más de lo habitual y no se consigue que se agarre al pecho** de manera efectiva se puede dar el calostro extraído.
- Cuando hacen hipoglicemias (bajadas de azúcar). No a todos los bebés está indicado mirarle el azúcar.
- Cuando hay una **pérdida de peso** alrededor del 7% o más.
- En caso de **fototerapia**, complementando la hidratación habitual.

Se puede dar entre toma y toma, o después de dar el pecho.

No se recomienda cambiar de recipiente debido a la poca cantidad que se suele recoger, y para evitar contaminaciones.