

# Lactancia después de la pérdida



Después de una pérdida, la madre puede tener leche después de 16 semanas de gestación. Sin alguna forma de extracción de leche, puede sentir molestias en los senos.

Sepa que no está sola. Esperamos que esta información le de algo de consuelo durante este momento difícil. Hay varias opciones con relación a la leche materna.

## ***Deje que se seque el suministro***

- Solo extraiga la leche si siente molestias
- Aplique compresas frías para reducir la hinchazón
- Use un buen sostén; pruebe con un sostén deportivo cómodo y de buena contención
- Use una toallita o protector de lactancia en el sostén para absorber la leche excedente
- Acuda al Banco de leche para que la ayuden a secar su suministro

## ***Done leche en homenaje***

- Puede elegir donar leche en homenaje a su bebé
- Extraiga leche de forma manual o use un extractor de leche
- Cuanto más frecuente extraiga leche, mayor será la producción
- Este programa puede conectarla directamente con el Banco de leche para convertirse en donante

Si ha sufrido la pérdida de un embarazo y su seguro no le cubrirá un extractor de leche, comuníquese para solicitar uno. Si quiere convertirse en donante, y tiene su propio extractor de leche, envíenos un correo electrónico para comenzar el proceso de participación como donante. Si no quiere donar leche, aún puede solicitar un extractor y recibir apoyo para la lactancia del Banco de leche.

Es posible que pueda ser elegible para el programa de beneficios para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, en inglés), que incluye apoyo para la lactancia, por hasta seis meses después del parto. Si tiene preguntas, comuníquese al [1-800-522-0874](tel:1-800-522-0874) o encuentre su clínica WIC cercana en [wic.in.gov](http://wic.in.gov).

El Banco de leche también ofrece apoyo gratuito para la lactancia a todas las madres. Llame a la línea de atención sin cargo 877-829-7470.

Ya sea que elija dejar secar su suministro o donar su leche, el Banco de leche y el Departamento de Salud de Indiana están a su disposición para darle el apoyo que necesite.

## Revisión de la mortalidad fetal e infantil

La Revisión de la mortalidad fetal e infantil (FIMR, en inglés) es un programa comunitario que analiza los mortinatos y las muertes infantiles. La revisión guía recomendaciones que se implementan en la comunidad para prevenir futuras pérdidas. Una parte del proceso incluye una entrevista con la madre o familia, en la que las familias tienen la oportunidad de compartir su historia y brindar recomendaciones para mejorar la situación para los demás.

El programa Lactancia después de la pérdida salió a la luz después de la entrevista materna con dos familias de Indiana. La familia Poindexter compartió su historia de pérdida. Escanee el código QR para escuchar su experiencia y cómo su decisión ayudó a inspirar este programa.

Escanee para escuchar su historia



## Información de contacto

### Departamento de Salud de Indiana

Correo electrónico:  
[IDOHFIMR@health.in.gov](mailto:IDOHFIMR@health.in.gov)

### Banco de leche

317-536-1670

877-829-7470 (línea de atención gratuita)

Escanee este código QR para encontrar más información sobre los servicios de duelo del Banco de leche.



Para obtener información adicional sobre Lactancia después de la pérdida, envíe un correo electrónico a [IDOHFIMR@health.in.gov](mailto:IDOHFIMR@health.in.gov)

