

COLOCACIÓN INCORRECTA AL PECHO

Evita esta postura. Este bebé chupa sólo el pezón y mama con la boca poco abierta. Su nariz no roza el pecho.



DIFICULTADES CON LA LACTANCIA:

1-Bebé que no se engancha bien

Lo importante es conseguir un buen “sellado”,

2-Grietas en pezones

Se previene con una buena posición y agarre al pecho, evitando la humedad, secando los pezones al aire y tratando la ingurgitación.

En los primeros días: INGURGITACIÓN MAMARIA (distensión, “inflamación”).

- **Para evitarlo**; amamantamiento precoz y más frecuente.

- **Para su alivio**, se recomienda:

1- Aplicación de calor local antes de mamar (ducha de agua templada, compresas tibias) durante unos minutos, no demasiados, para dilatar si no sale leche, junto con un suave masaje circular.

2-Si la areola está a tensión: extraer algo de leche para lograr que sea más fácil el agarre.

3-Tras la toma administrar frío unos pocos minutos, pero varias veces según se note alivio.

Se recomienda tomar algún analgésico-antiinflamatorio.

GRUPOS DE APOYO:

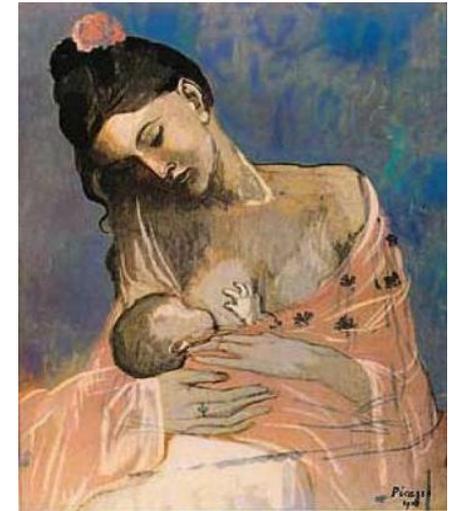
-TFNO planta hospital: 918973089

-Liga de la leche:

www.laligadelaleche.es

-www.UNICEF.ES

-www.IHAN.ES



LA LACTANCIA MATERNA ES LA MEJOR FORMA DE ALIMENTACIÓN DEL BEBÉ.

LACTANCIA MATERNA DEBE REALIZARSE A DEMANDA Y CON TOMAS FRECUENTES.

-Sin limitar la duración de las tomas. **OLVIDATE DE LOS HORARIOS**

-Cuantas más tomas, más se estimula la producción de leche materna.

-No es necesario dar de los dos pechos cada toma.

-Responder a las necesidades del bebé antes de que lllore, identificando signos indirectos de hambre.

-Si el bebé es dormilón, es importante animarle a tomar el pecho cada dos o tres horas, despertándole suavemente. Hasta que esté bien instaurada la lactancia.

LAS TOMAS NOCTURNAS SON IMPORTANTES

(aumenta la cantidad de leche).

-SE DEBEN OBSERVAR: número de deposiciones, micciones, si las mucosas están húmedas o secas y la ganancia de peso.

-EL CHUPETE O EL BIBERÓN, pueden confundir al bebé durante las primeras 4 semanas.
Le sacia y hace que pierda su interés por mamar.

-SI PARECE QUE ESTÁ IRRITABLE y no se sacia mamando, puede ser:

1-Duración de la toma demasiado breve. Terminar bien con un pecho, antes de empezar con el otro.

2- Postura o agarre inadecuados.
Toma demasiado larga, dolor continuo y/o pezón dañado. **AMAMANTAR NO DUELE.**

3-“Estirón de crecimiento”.
Demanda mayor cantidad de leche con llanto y se despierta más por la noche (1-2 días). El primero, puede darse a los 15 días de vida.

-PARA DAR DE MAMAR, no es necesario lavar las mamas. La madre tiene que estar cómoda, en la postura que elija (espalda recta, hombros cómodos y relajados).

COLOCACIÓN AL PECHO

1 Sostén al bebé **"tripa con tripa"**, de manera que no tenga que girar la cabeza para alcanzar el pezón.

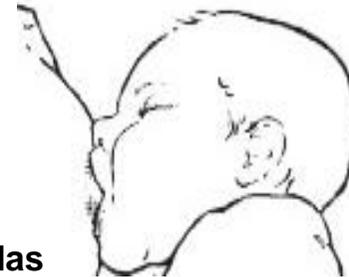
La cabeza y el cuerpo alineados, cuello extendido. Mira de frente el pecho, nariz a la altura del pezón.



2 **Sujeta el pecho** con el pulgar arriba y los dedos por debajo, muy por detrás de la areola. Estimula el labio superior del niño con el pezón, hasta que el bebé abra la boca de par en par, entonces acerca el bebé al pecho.

3

El bebé toma el pezón y gran parte de la areola en la boca.
Nariz y mentón pegados al pecho.
Labio inferior vuelto hacia abajo.



Las succiones son lentas y profundas