

MÉTODOS DE SUPLEMENTACIÓN

Cuando existe una causa clínica que justifica dar suplementos a tú bebé como pérdida de peso, hipoglucemias, prematuridad, etc. la lactancia con suplementación es una opción a tener en cuenta.

Consiste en que le ofrezcas primero el pecho y al finalizar la toma le des un suplemento, cuya cantidad te indicarán los profesionales sanitarios que le atienden. Preferentemente debe de ser de leche materna que te extraigas de forma manual o con sacaleches y si no es posible de leche de fórmula tal y como te indiquen los profesionales que le estén valorando.

Si la suplementación se realiza con leche materna se considera **lactancia materna exclusiva**. Si para la suplementación se utiliza leche de fórmula hablamos de **lactancia mixta**.

1. TÉCNICA DEDO-JERINGA

Para dar el suplemento hasta que esté instaurada la succión al pecho, te recomendamos que utilices **la Técnica dedo-jeringa** y evitar así el uso de tetinas.

- Lo primero será que laves tus manos antes de comenzar.
- Tú bebé debe de estar sentado o incorporado.
- Con cuidado introduce el dedo en la boca de tu bebé (con la yema del dedo dirigida al paladar para estimularlo), de forma que éste pueda succionar
- Al mismo tiempo coja la jeringa con la otra mano e introduzca su extremo en la boca del bebé.
- Presiona la jeringa poco a poco para introducir la leche en la boca del niño, al mismo tiempo que éste succiona.
- Dirige la leche hacia el lateral de la boca del niño, a una velocidad adecuada que le permita ir tragando.
- Tu bebé con su succión marca el ritmo de la toma, cuando succiona se aprieta la jeringa y se le da leche. Cuando él para, tú dejas de administrar leche hasta que vuelva a succionar.

Ventajas: es muy útil en bebés que se duermen con facilidad o con bebés que tienen una succión débil y así no derrama mucha cantidad de leche.

Inconvenientes: las jeringas idóneas son de 10 ml (jeringas de mayor capacidad ofrecen mayor resistencia para la succión del bebé), si el niño es mayor, hay que recargar la jeringa varias veces, por lo tanto es una solución transitoria.

- **Vídeo sobre la técnica:** Visita el apartado “Vídeo tutoriales” (Sección “En casa”) de esta página Web.

2. TÉCNICA DEL VASITO

Aunque existen vasos comercializados para la técnica, cualquier taza/vaso pequeño vale.

- Antes de realizarlo debes lavar tus manos y el vasito con agua y jabón.
- Tu bebé debe estar incorporado, bien en tu regazo o de frente a él
- Apoya la taza/vaso sobre el labio inferior de tu bebé y acercar la leche a la boca sin dejar que se vierta en ella para evitar atragantamientos. El bebé debe sacar la lengua y “lamer” la leche.

Ventajas: es una técnica higiénica, barata y es la que menos interfiere con la lactancia materna.

Inconvenientes: es posible que se derrame mayor contenido de leche. Es importante señalar que en bebés pequeños no se debe verter NUNCA la leche dentro de la boca ya que el bebé puede atragantarse o aspirar la leche.

3. ALIMENTACIÓN CON CUCHARA

La técnica es similar a la anterior pero usando una cuchara o un recipiente-cuchara comercializado. Es válida para pequeños volúmenes y con posible derrame de contenido.

- **Vídeo sobre las técnicas 2 y 3:** <https://globalhealthmedia.org/videos/cup-feeding/>

4. RELACTADOR

Un relactador es un recipiente que te puedes colgar al cuello con una cuerda, del cual salen dos sondas flexibles que se pegan cerca de tus pechos dejando la punta de la sonda en el extremo de los pezones, la sonda situada en la mama donde el bebé no se agarra en ese momento debe estar pinzada para no derramar contenido.

Si el relactador está alto, la leche fluirá por la sonda con más facilidad

- La sonda debe entrar en la parte lateral de la boca de tu bebé, con cuidado de no introducirla demasiado para no provocarle lesiones en la boca

- Cuando tu bebé mama del pecho, succiona también de la sonda (ya despinzada), de forma que permite suplementarlo a la vez que existe un agarre espontáneo. Puesto que el bebé toma la leche del relactador al mismo tiempo que de la mama.

- Así se consigue estimular la producción tu propia leche y se evitan problemas de confusión de succión.

- Es importante limpiar el recipiente y, sobre todo las sondas, inmediatamente después de utilizarlas, ya que si la leche llega a secarse dentro, puede ser un problema eliminarla.

Está especialmente indicado en el caso de procesos de relactación o de inducción de la lactancia. También sirven para animar a bebés reacios a succionar, para que se enganchen al pecho, ya que con relactador el alimento fluye más rápidamente y en mayor cantidad que si únicamente mamaran.

Ventajas: Es el único método de suplementación que estimula y anima al bebé a mamar. Y que además permite a la madre hacer dos cosas a la vez: dar el pecho al bebé y ofrecerle un extra de leche, ya sea leche materna extraída previamente o artificial.

Inconvenientes: es más costoso y menos higiénico que las técnicas anteriores, existe el peligro de que el bebé se acostumbre y consiga más leche del relactador que de tu mama. También hay bebés que se enganchan al sistema de los relactadores y aprenden a utilizar las sondas como pajitas. Si observas que el bebé hace esto, hay que ir interrumpiendo el flujo de leche (pinzando la sonda) para que el bebé no se acostumbre y succione de manera correcta.

➤ **Vídeo sobre la técnica:** <https://www.youtube.com/watch?v=WgCX9G8HEAU>

5. MÉTODO KASSING

Dado que la suplementación oral mediante biberones es la más utilizada, el Método Kassing es considerado la forma de dar biberones más fisiológica, segura y de elección para el mantenimiento de la lactancia materna.

Los **beneficios** de usar el Método Kassing son múltiples:

- Minimiza la posibilidad de que tu bebé experimente confusión tetina-pechón.
- Permite a tu bebé mantener un ritmo de succión-deglución-respiración correcto.
- Tanto la estimulación como la forma y la textura de la tetina favorecen que tu bebé mantenga una succión más parecida al pecho.
- Favorece que tu bebé regule la cantidad de leche que ingiere y, al favorecer un ritmo de alimentación lento, le permite gestionar su hambre y su saciedad.
- Te permite saber cuándo el bebé está saciado y, por tanto, no sobrealimentarlo.

Para realizar este método es importante elegir un biberón con las siguientes características:

- Bote del biberón con forma recta.
- Tetina específica:
- Base ancha: para favorecer la eversión del labio inferior y el mantenimiento de las mandíbulas abiertas.
- Redonda o clásica: más similar a la forma del pezón materno. Evitar las tetinas anatómicas.
- Blanda: preferiblemente de látex.
- De flujo lento y controlado: para fomentar el esfuerzo del bebé para la obtención de leche en cada succión. La toma tendría que tener una duración de 20 minutos. En recién nacidos con poca fuerza de succión, se podría emplear una tetina de flujo medio.

Una vez preparado el biberón (ver video de cómo preparar un biberón) los pasos y modo de administrarlo con el método Kassing son:

- Colocar a tu bebé en **posición adecuada**: sentado recto, sujeta con una mano su cuello y la cabeza, favoreciendo la **alineación de cabeza-cuello-tronco**, y con la otra mano coge el biberón. Evita cogerlo acurrucado porque el cuello se flexiona y se dificulta la deglución.
- Ofrece el biberón a tu bebé en horizontal (respecto a la posición sentado) favoreciendo que la tetina esté rellena de leche. Al poner el biberón en horizontal se evita que actúe la fuerza de gravedad y se obliga al niño a esforzarse para la salida de leche de la tetina, haciéndolo consciente del proceso y del control de su saciedad.
- Estimula con la tetina su labio inferior y las mejillas para estimular el reflejo de búsqueda y que abra la boca grande como si bostezara.
- Una vez que el bebé esté succionando debes **hacer pausas cada 15-20 succiones (retirando el biberón)**. De esta manera, le das tiempo para que se dé cuenta de su saciedad.
- Habrá veces que al retirar el biberón tu bebé se quede tranquilo. Entonces no debes ofrecer más. Pero si sigue buscando, vuelve a empezar el ciclo.
- **Introduce la tetina lo máximo posible dentro de la boca de tu bebé**, para que la tenga muy abierta, de forma similar a lo que lo haría si estuviera mamando de tu pecho. En

caso de que la introducción de la tetina tan adentro le provoque reflejo nauseoso, introduce la tetina poco a poco según tolere hasta que disminuya esa sensibilidad.

- Conforme se avanza la toma verticaliza el biberón, para evitar que la tetina se llene de aire, e inclina el cuerpo del bebé hacia atrás manteniendo la alineación cabeza-cuello-cuerpo.
- **Evita la hiperextensión del cuello** hacia atrás porque se puede dificultar el cierre de la glotis y atragantarse.

El método Kassing sin duda es el método de elección si deseas mantener la LM pero tienes dificultades en el amamantamiento o te ves obligada a una separación por la incorporación temprana de la madre al mundo laboral u otras causas.