



Dolor en los pezones, congestión, pérdida excesiva de peso e ictericia

Las nuevas madres/padres a veces tienen problemas con la lactancia. A veces se desarrolla un solo problema, pero a menudo ocurre un “grupo” de problemas que tienen la misma causa. Estos cuatro problemas (dolor en los pezones, congestión, pérdida excesiva de peso e ictericia) a menudo se ven juntos y, a menudo, son el resultado de un agarre deficiente. Es probable que puedas evitar esto siguiendo estos sencillos pasos:

Mantenga a su recién nacido con usted en todo momento

Esto le permite responder a su bebé rápidamente cada vez que parece querer alimentarse. Tu bebé necesita verte, sentirte y olerte. Los estudios muestran que los bebés están más tranquilos, duermen mejor y lloran menos cuando están en contacto constante con su mamá.

Alimentar temprano y con frecuencia

Su primera alimentación debe ocurrir en algún momento durante la primera hora después del nacimiento y no debe retirarse del contacto piel con piel sobre su vientre hasta que se complete la primera alimentación. Para las alimentaciones posteriores, busque señales tempranas de alimentación: lamer y relamerse los labios, sacar la lengua, poner el puño en la boca, girar la cabeza hacia un lado y abrir la boca (reflejo de búsqueda). Los recién nacidos normalmente se alimentan 8 o más veces cada 24 horas. No siguen un horario. Las tomas nocturnas son importantes en esta etapa.

Use un buen posicionamiento y verifique que haya un buen enganche

Su bebé recibe la mayor cantidad de leche cuando está bien enganchado.

Cierta ternura y sensibilidad es normal al principio, pero el dolor no lo es. Si la lactancia duele, el bebé no está bien agarrado. Busque lo siguiente:

Posicionamiento

Coloque a su bebé a la altura del pecho, usando almohadas para soportar su peso. Haga rodar a su bebé “vientre con vientre” directamente frente al seno. Alinee la nariz de su bebé con su pezón para que tenga que estirar la mano hacia arriba para agarrar el pezón. **O**, acuéstese y coloque a su bebé encima de usted en cualquier posición que le parezca cómoda y natural.

Deje que su bebé ubique el seno (puede tomar unos minutos) y que se prenda por sí mismo.

Ofrezca el pecho

Use una “sujeción de sándwich” para sostener el seno detrás de la areola y apretando el pecho suavemente para convertirlo en un óvalo que encaje en el la boca del bebe Mantenga su pulgar cerca de su la nariz del bebé y el resto de sus dedos en el lado opuesto de su seno. Acaricia tupezón desde la nariz de su bebé hasta el mentón rodando hacia afuera el labio inferior mientras acaricias hacia abajo. Traiga el bebe al pecho, no el pecho al bebé.

Revisa el enganche

Los labios de su bebé están ensanchados (enrollados), la boca abierta a 140°. No debe haber dolor, ningún pezón con bordes o pliegues al final de la alimentación. El mentón de tu bebé está tocando tu pecho. Su nariz es libre, con un cierre asimétrico (más tejido mamario de la parte inferior de su areola está en el bebé boca que desde la parte superior de la areola).

Evaluar transferencia de leche

Amplios movimientos mandibulares. Succión constante. Deglución audible (después de que sale la leche).

