
Técnica de Amamantamiento

Una adecuada técnica para amamantar estimula la producción de leche y favorece una lactancia materna exitosa.

Para una adecuada técnica de amamantamiento se recomienda que la madre adopte cualquiera de las posiciones y se sienta muy cómoda y relajada.



FOTO 1

Posición sentada

La madre debe estar sentada cómoda y relajada, la espalda debe apoyarse en el respaldo de la silla o en la cabecera de la cama, si es posible debe tener un cojín en la falda de la madre, la cabeza de la niña o niño debe descansar sobre la flexión del codo y el cuerpo de la niña o niño sobre la falda de la madre.



FOTO 2

Con el pezón roce el labio inferior para que el bebé abra bien la boca, y succionará más leche y no lastimará el pezón.



FOTO 3

Atraiga al bebé hacia su pecho, asegurando que la boca de éste cubra la mayor parte de la areola. El labio inferior del bebé debe estar evertido (dirigido hacia fuera), la nariz y la barbilla deben estar tocando su pecho. Sostener su pecho delicadamente. Coloque sus dedos debajo del pecho, con el pulgar encima. Recuerde que el colocar los dedos en forma de tijera, puede impedir que la niña o niño logre coger bien la areola.

Al dar de mamar. Debe haber una alternancia de mamas a fin de evitar la acumulación de leche en una de ellas. El vaciamiento adecuado asegura una buena alimentación a su bebé.



FOTO 4

Posición acostada

Es más cómoda después del parto y ayuda a descansar mientras amamanta. La madre y el bebé deben ubicarse recostados de lado, uno frente al otro o la niña o niño debe estar acostado encima de la madre. Debe flexionar la pierna que esté arriba y, para mayor comodidad de la madre puede ayudarse con una almohada o frazada para sostener a la niña o niño. Debe colocar los dedos debajo del seno y levantarlo hacia arriba, luego el bebé debe acercarse hacia la madre para que inicie a mamar.



FOTO 5

Posición sandia

Es una buena posición para después de una cesárea o para amamantar gemelos o mellizos. La madre debe estar sentada y ayudarse con una almohada o frazada a cada lado. Los pies del bebé hacia atrás debajo del brazo de la madre. La madre coloca su brazo debajo del cuerpo de ellos y con su mano le sostiene la cabeza como si estuviera cargando una sandía.

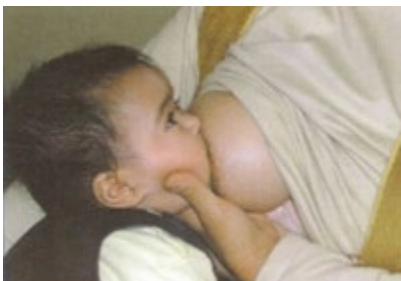


FOTO 6

Posición de bailarina

Coloque su mano apoyando la mama y a la vez sosteniendo el mentón y la mandíbula del bebé mientras da de mamar. Esta es una buena posición para la niña o niño con hipotonía muscular y/o Síndrome de Down.



FOTO 7

Posición de caballito

Se coloca a la niña o niño frente a la madre montado en su pierna, con una mano coger la cabecita del bebé y con la otra mano coger el cuerpo, esta es una buena posición para dar de mamar a la niña o niño que vomitan mucho cada vez que maman o con paladar hendido.

Elija la técnica que mas le acomode y ante cualquier duda consulte con su profesional de salud