

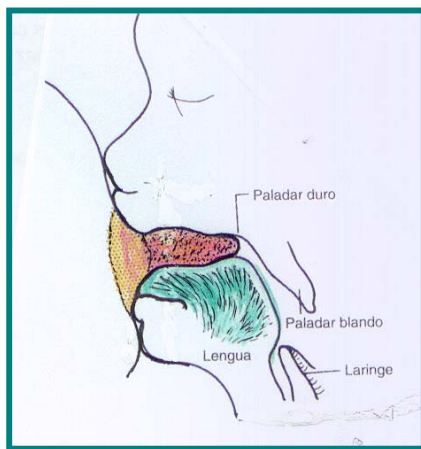
POSICIÓN DEL BEBÉ AL PECHO

Una buena posición del bebé al pecho, permite al bebé un menor esfuerzo y un estímulo adecuado al pecho para alcanzar una buena producción de leche, el bebé se queda satisfecho, el aumento de peso es el adecuado y la madre no tiene sensación dolorosa, ni grietas ni mastitis y ambos disfrutan de la lactancia.

La oxitocina causa la eyección de leche desde los alveolos, al comprimir las células mioepiteliales, hacia los senos galactóforos donde se acumula, y el bebé participa activamente en la extracción de la leche exprimiendo como un rodillo contra el paladar, mediante una onda peristáltica que se inicia en la punta de la lengua y se desplaza hacia atrás.

El pezón no debe entrar y salir de la boca del bebé. El pezón se extenderá por detrás del paladar blando y eso se consigue manteniendo el pezón muy dentro de la boca. La lengua comprime rítmicamente la “tetilla” (el pezón más areola) exprimiendo la leche de los senos galactoforos. La lengua forma un surco que rodea el pezón más areola y se coloca debajo del pecho.

Los chupetes y biberones confunden al bebé porque es muy diferente el movimiento de succión al pecho al de chupar un biberón, se produce la llamada “**confusión del pezón**”.



Posición del cuerpo de la madre

❖ Si la posición es sentada, la espalda debe estar recta, no recostada hacia atrás. La silla tendrá el respaldo recto y los pies bien apoyados en el suelo, y las rodillas ligeramente más altas que el regazo, a veces es conveniente ayudarse de un reposapiés.

❖ Colocar al bebé sobre una almohada en el regazo de su madre, facilita la posición, al menos las primeras semanas.

❖ Tanto si la madre está tumbada o sentada, para una buena posición conviene que el bebé esté cerca del cuerpo de la madre, tripa con tripa, todo el cuerpo mirando al de la madre, no solo con la cabeza.

El pecho debe estar delante del niño, no encima y la cabeza del bebé reposa sobre el antebrazo

de la madre, en la mitad, ni en el pliegue del codo ni en la muñeca.

No conviene poner la mano en el culito del bebé sino si la madre necesita sujetar el pecho porque es demasiado grande, conviene que lo haga poniendo la mano en forma de C, con el pulgar encima y los demás dedos por debajo.

No es conveniente sujetar el pecho en forma de pinza, como se ve en el arte, porque la presión de los dedos impide que el niño tome bien el pecho. De igual forma no es conveniente, presionar el pecho y hacer un hueco para que el bebé respire mientras mama, porque al hacerlo se desplaza la posición del pezón y se dificulta la succión.



Posición del bebé

❖ Cerca de la madre, girado hacia la madre y pegado barriga con barriga, colocado sobre una almohada para que la madre no tenga que soportar todo el peso del bebé con su brazo.

❖ La cabeza, el cuello y la espalda en línea recta.

❖ Su nariz a la altura del pezón en el momento de prepararse para darle el pecho.

❖ El bracito del bebé que rodee el cuerpo de la madre como si la abrazara, para impedir que se interponga entre los dos.

Signos de una posición correcta:

❖ La boca está bien abierta, para que tenga el pecho muy dentro de la boca, la lengua rodea el pecho por debajo.

❖ Labios doblados hacia fuera.

❖ Se ve más areola por encima de la boca que por debajo.

❖ El labio inferior queda doblado hacia fuera, la barbilla contra el pecho materno.

- ❖ La nariz se apoya ligeramente sobre el pecho.
- ❖ La barbilla presiona el pecho todo el tiempo
- ❖ Mejillas del bebé redondeadas y se mueven su sien y su orejita
- ❖ El bebé traga en intervalos regulares.
- ❖ El pecho se ve redondeado mientras mama el bebé.
- ❖ La madre no tiene sensación dolorosa.
- ❖ El bebé suelta el pecho espontáneamente.
- ❖ El cuerpo de la madre y del bebé están muy pegados, tripa con tripa.
- ❖ Cabeza del bebé alineada con el cuerpo, cuello recto, que no tenga que doblarlo, ni girarlo para mamar.

Signos de una posición incorrecta

- ❖ Más areola por debajo de la boca que por encima, o la misma cantidad por encima que por debajo.
- ❖ Su boca no está bien abierta
- ❖ El labio inferior doblado hacia adentro
- ❖ El mentón del bebé no toca el pecho
- ❖ Las mejillas del bebé hundidas hacia dentro, mientras mama. Succión rápida y ruidosa (chasquidos).
- ❖ El pecho está tirante como si lo estiraran durante el tiempo que mama.
- ❖ El pezón queda aplastado después de mamar

Síntomas que indican una posición inadecuada para mamar.

La posición incorrecta se produce cuando el bebé mama sólo del pezón, esto daña el pezón produciendo dolor y grietas a la vez que se impide vaciar bien los senos galactóforos que están bajo la areola, provocando ingurgitación, inflamación y a veces mastitis por no vaciarse bien el pecho.

Otros síntomas:

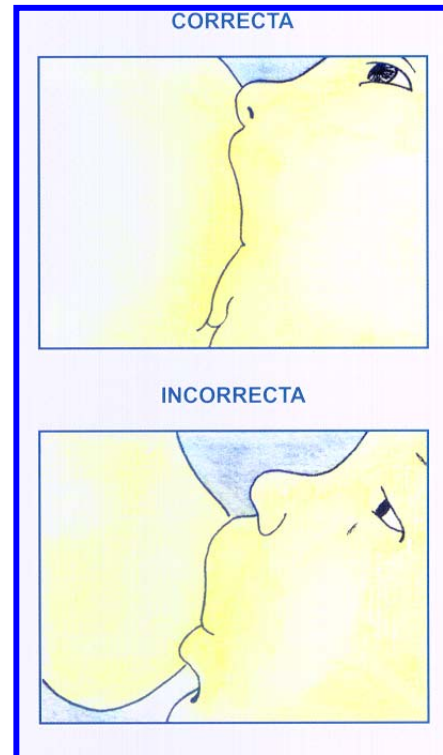
El bebé necesita mamar más tiempo (30 minutos o más) y nunca suelta el pecho espontáneamente, pues no consigue extraer la leche final más rica en grasas. Pide el pecho con gran frecuencia, raramente "aguanta" más de dos horas, porque se ha quedado con hambre, lo que provoca nerviosismo, frustración, llanto e intranquilidad en el bebé.

Si regurgita o vomita con frecuencia, puede estar tomando un gran volumen de leche inicial (más pobre en grasas), y aunque tome suficientes calorías no llega a saciarse por la falta de grasas.

Si la ganancia de peso es escasa, porque no toma la leche final, aunque a veces el aumento del peso es adecuado pero la lactancia resulta agotadora debido a que el bebé pide con demasiada frecuencia (nunca

deja el pecho por si mismo), vomita llora se pelea con el pecho y nunca parece saciado.

Si la madre nota fuertes reflejos de eyección repetidos varias veces a lo largo de la tetada porque se libera más oxitocina para suplir la deficiente posición. También pueden observarse síntomas parecidos (llanto, ingurgitación, llanto) a los de una mala posición si se limita el tiempo y la frecuencia del bebé al pecho, porque no obtiene la leche final.



Bibliografía:

Videos:

- Vídeo Helping a Mother to Breastfeed. Royal College of Midwives 2 Stucley Place. Camden Lock. London NW1 8 NS . Tel: 071-2678757.

- Vídeo El pecho no tiene horario. Guión y dirección Gro Nylander (Noruega) Traducido por ACPAM.

Libros:

- AGUAYO J. La Lactancia Materna. Universidad de Sevilla, Sevilla 2001

- ARMSTRONG, HC. Training Guide in Lactation Management. New Cork. IBFAN y UNICEF, 1992.

- BLÁZQUEZ M.J. Vía Láctea. Consejos para la Lactancia Materna. Ed. G. Aragón Zaragoza 1997

- GONZÁLEZ RODRIGUEZ, C. Síndrome de la posición inadecuada para mamar. An Esp Pediat 1996; 45:527-529

- La Liga de la Leche Internacional. Lactancia Materna. Libro de respuestas. Illinois 2001

<http://www.lalecheleague.org/>

- RENFREW M., FISHER Ch., ARMS S. La mejor alimentación para tu bebé La mejor manera amamantar. Ed Tikal Gerona 1994

- RIGHARD, L.ALADE, M.O. Breastfeeding and the use of pacifiers. Birth 1997; 24:116-120

- ROYAL COLLEGE of MIDWIVES. Lactancia Materna.
Manual para profesionales Ed. ACPAM. Barcelona-1994