

# Madre e Hijo

Una práctica guía para la Lactancia





## Lactancia: Por qué y cómo

1.1 ¿Por qué?

1.2 ¿Cómo?...



## Tips y curiosidades

2.1 Sugerencias.

2.2 No es verdad que...



## Soluciones para una alimentación exitosa

3.1 Sacaleche.

3.2 Una amplia gama de productos.





# Lactancia: Por qué y cómo

## 1.1 ¿Por qué?

La Lactancia es una etapa muy importante en la vida del bebé y de la madre.

Es un momento que provee una serie de ventajas para ambos, tanto en el aspecto fisiológico, como psicológico y en su relación. La leche materna es la mejor forma de nutrición, porque contiene todos los requerimientos nutricionales para un bebé hasta los 6 meses de edad al menos, y garantiza el adecuado crecimiento y la más efectiva protección contra enfermedades.

Así mismo, cuando el bebé recién nacido mama y succiona del seno esto no sólo cubre una necesidad fisiológica primaria, sino que es el momento de relacionarse con su madre, rico tanto en sensaciones gustativas y olfativas, como en sensaciones auditivas y táctiles. El bebé también encuentra en el pecho de su madre el amor y la seguridad necesarios para un adecuado desarrollo psicológico. Por su parte, la madre empieza a ser consciente del profundo vínculo con su hijo y de cuanto su bebé depende de ella en esta etapa; es una manera de cuidarlo, darle tranquilidad y hacerlo sentir amado.

Las diferentes Asociaciones Pediátricas Internacionales y Nacionales, están de acuerdo en que la lactancia materna es la mejor forma de nutrir y alimentar a un recién nacido. Las sociedades pediátricas en Argentina, la Secretaría de Salud y la OMS, recomiendan lactancia materna exclusiva durante los 6 primeros meses de vida y como alimentación complementaria a partir de los 6 meses hasta por 2 años.



## 1.2 ¿Cómo?

En el momento en que el bebé sea más hábil para succionar eficazmente con un mínimo de esfuerzo, es muy importante que se prenda del seno de una manera correcta, es aconsejable que la mamá seleccione un lugar tranquilo y cómodo, donde se sienta relajada, y encontrar la posición más confortable para ella y su bebé.



Se puede intentar la **posición clásica** y sentarse en una silla cómoda con el bebé en sus brazos, usando un almohadón de lactancia para mantener al bebé exactamente a la altura correcta para alcanzar los senos sin estirarlos.



La **posición de mamá acostada** es muy cómoda, está principalmente indicada en:

- Ⓒ Lactancia nocturna.
- Ⓒ Cesárea.



Otra posición es la llamada **posición rugby**, se sostiene al bebé como una pelota de rugby, sosteniendo su cuerpo con el antebrazo y su cabeza con la mano de manera que esté a la altura del pecho, utilizar un almohadón de lactancia facilita la acción. Esta posición es útil en cas de:

- Ⓒ Senos grandes.
- Ⓒ Pezones planos o invertidos.
- Ⓒ Operación cesárea.
- Ⓒ El bebé es pequeño, prematuro o se le dificulta mantener tu pezón y areola dentro de la boca.
- Ⓒ Amamantar a más de un bebé al mismo tiempo.
- Ⓒ Necesidad de tener un brazo libre.
- Ⓒ Pezones están adoloridos; el cambiar de posición te ayuda a reducir el dolor.

Es aconsejable cambiar de posiciones constantemente ya que evita la estimulación en la misma área del pezón, para evitar irritación y también ayuda a vaciar completamente todos los conductos.



# 2 Tips y curiosidades

## 2.1 Sugerencias

- ☉ Alimenta a tu bebé cada vez que tenga hambre, especialmente durante las primeras semanas, ya que la producción de leche es estimulada por la succión frecuente.
- ☉ Durante la toma es importante que el bebé se prenda del seno correctamente para prevenir dolorosos tirones de los pezones: Su boca debe estar abierta de tal manera que la boca cubra el pezón por completo y parte de la areola; su nariz y mentón deben de tocar el seno.
- ☉ Alimenta al bebé con los 2 senos en cada comida, empezando con el que terminaste en la toma anterior.
- ☉ Mantener los senos tan secos y ventilados como sea posible.
- ☉ Si eres propensa a tener pérdidas de leche entre cada toma, usa **cascos recogeleche** que garantizan higiene, y permiten que la piel respire conservándola seca y saludable.
- ☉ Para mantener un buen nivel de producción de leche es importante que bebas de 3 a 4 litros de agua al día y que lo amamantes con frecuencia.

## 2.2 No es verdad que...

1

Los senos pequeños producen menor cantidad de leche.

Porque la producción de la leche no depende del tamaño de los senos. La secreción de leche a través de las glándulas mamarias es un fenómeno fisiológico y es regulado solamente por hormonas.

2

Tomar cerveza incrementa la producción de leche.

Durante la lactancia, es recomendable tomar más líquidos y comer vegetales crudos ricos en agua. La cerveza no tiene más propiedades en este sentido que cualquier otro líquido.

3

Un bebé que es amamantado necesita tomar agua cuando hace mucho calor.

La leche materna contiene el agua necesaria que un bebé recién nacido requiere.

4

El valor nutricional de la leche materna puede ser insuficiente para los bebés.

La composición de la leche materna cambia durante el período de lactancia, ésta cambia a medida que los bebés crecen; y tiene una composición altamente variable hasta durante el mismo día y en la misma toma, para responder progresivamente a los requerimientos nutricionales de los bebés.

5

Los bebés que son amamantados necesitan alimentarse cada 3 hrs.

Durante las primeras semanas es recomendable responder a las necesidades de los bebés, amamantándolos cada vez que tengan hambre: Alimentarlos a libre demanda permite que se establezca el equilibrio entre la producción de la leche y los requerimientos nutricionales de cada bebé.

6

Cuando el bebé no eructa no ha digerido bien la comida.

Un eructo es solo un sonido hecho por una emisión de aire, que se ha almacenado en el estómago durante la alimentación, y esto no tiene nada que ver con la digestión.

7

Cuando se amamanta a un bebé se necesita suplemento de hierro.

La leche materna contiene todo el hierro que un recién nacido requiere, al menos durante sus 6 primeros meses de vida. Sólo está indicado suplementar con hierro en caso de bebés prematuros o de peso bajo.

8

La leche tiene menos propiedades nutricionales con el paso del tiempo.

Con el tiempo, la leche se convierte en más agua, porque su composición cambia, pero no por esto pierde sus valores nutricionales.

2

Tips y curiosidades

# 3

## Soluciones para una alimentación exitosa

Durante la lactancia, se pueden presentar diversos problemas (de tipo médico, psicológico o social) que dificultan o impidan la continuación de la lactancia. Con frecuencia, algunos de estos problemas se pueden superar. En otros casos, con el consejo del pediatra, es necesario pasar de una lactancia materna exclusiva a una lactancia materna mixta o a veces a una lactancia totalmente artificial.

### 3.1 El Sacaleche

El **sacaleche clásico** ofrece la máxima seguridad durante el delicado período de la lactancia y es útil en casi todos los casos en los que no se pueda amamantar al bebé directamente.

Fácil de usar, permite una rápida y eficaz extracción de la leche. Gracias al control de la intensidad de aspiración, la bomba actúa a mayor o menor velocidad y, de esta manera, asegura la máxima delicadeza y evita los molestos tirones del pezón.



### 3.2 Una amplia gama de productos.

#### Copetes absorbentes antibacteriales



##### Fabricado con tela Anti - Bacterias:

Higieniza y protege la piel del seno contra la proliferación de las bacterias.



##### Extra Absorción:

Contienen unas micro - perlas absorbentes las cuales capturan y retienen la leche, garantizando la piel seca.



##### Máxima transpiración:

Doble capa externa con tela antitranspirante no tejida que permite que la piel respire.



#### Cascos recogeleche

Recogen las pérdidas de leche evitando contacto con la piel. Los agujeros de ventilación mantienen la piel seca y ayudan a curar irritaciones y cortes en el pezón. Eliminan el exceso de flujo de leche, reduciendo congestión en el pecho y ayudan a extender el pezón plano.







### Corrector de pezón

Estimula suavemente la extensión del pezón plano o retraído, permitiendo al bebé adoptar una posición correcta y continuar con la lactancia.

### Pezoneras de Latex y Silicona

Ofrecen una ayuda eficaz durante el delicado período de la lactancia. En látex natural o fina silicona protegen los pezones irritados aliviando el dolor y permiten la lactancia incluso en caso de pezones planos. Permiten que los labios del bebé se apoyen cómodamente y reproducen el contacto con el pecho materno. El escudo moldeado permite que la nariz del bebé entre en contacto con la piel de la madre.



### Descartaleche

Ofrece la máxima seguridad durante el delicado período de la lactancia. Es útil para eliminar la leche residual que queda en el pecho después de la toma y que hay que tirar, o bien para vaciar el pecho en caso de que la leche lo congestione.


*La felicidad es un viaje  
que se inicia desde niño.*





00099970300040

Información, consejos y sugerencias.

Visitá nuestra página [www.chicco.com.ar](http://www.chicco.com.ar)  
Sumate a nuestra fan page:  /ChiccoArgentina

Sección Osservatorio Chicco



Atención al Cliente

Tel. 0810-888-2442 / [ar.atencionalcliente@artsana.com](mailto:ar.atencionalcliente@artsana.com)

