

Descubriendo conceptos erróneos equivocados sobre amamantar a su hijo

Dra. Sahira Long, pediatra

Para aquellas que son reacias a dar de lactar, lo primero que hago es tratar de averiguar por qué son reacias. Han heredado mitos de sus generaciones y crianza. Entonces el primer paso es tratar de disipar esos mitos.

Jamilah Ellis, educador en lactancia

Existe el mito de que afectará la forma y el tamaño de tus senos, cuando, de hecho, eso se debe a la naturaleza, la gravedad, herencia, otras cosas. La lactancia no tiene un gran impacto en la forma o el tamaño de tus senos. Lo que escuché de muchas mamás de la comunidad es que su pareja no quería que den de lactar, porque querían los senos para ellos. Y tiene que ver con la obsesión sexual de los senos en la cultura americana.

Letisha

No es para tu marido, no es para que te veas sexy, sólo estás alimentando a tu hijo.

Michelle K.

Existen muchos conceptos erróneos sobre la lactancia. Mi esposo no podía participar en algunos momentos más importantes. Y todo eso no es cierto.

Dra. Sahira Long, pediatra

Uno de los conceptos erróneos más grandes en la comunidad afroamericana es que la forma de conectarse es por medio del alimento. Y si dejas eso a un lado porque estás dando de lactar, otros familiares tienen que aprender a ayudar a la mamá, a ayudar a conectarse con el bebé. Y eso es algo que definitivamente se puede lograr. Digo, lo he visto en mi propia familia. Mis hijos probablemente están tan apegados a mi esposo al igual que a mí.

Jamilah Ellis, educador en lactancia

Otros mitos que existen son que el bebé se apegará demasiado a la mamá si lo amamanta, cuando los bebés se apegan naturalmente a su madre. Pasan nueve meses creciendo dentro de tu cuerpo. ¿Con quién tendrán una conexión más cercana aparte de su madre?

Patrice

A algunas mujeres no les gusta ese apego. No les gusta sentir que están pegadas a sus hijos todo el tiempo. Digo, paso bastante tiempo con mi hijo, pero él es un bebé así que quiero estar con él. Así que ése no es un problema para mí, es que estamos juntos todo el tiempo, porque ¿a dónde más iría él?

Shauné

No hablamos mucho de eso en la comunidad afroamericana. Creo que mucha gente tiene conceptos erróneos que, creo, es más negativo, es doloroso, es demasiado compromiso. Eso es lo que escuchaba, sabes, cuando consideraba y hablaba con la gente sobre la lactancia: "¿Por qué debo amamantar? ¿Cuál fue tu experiencia?" Entonces creo que hay bastante negatividad y desearía que haya más optimismo en cuanto a nuestra comunidad, por qué debemos de amamantar y por qué es importante también.

Jamilah Ellis, educador en lactancia

Otras cosas que les preocupan a las mamás: lo que pueden comer o no cuando dan de lactar, cuando, de hecho, puedes comer lo que quieras. Tienes que observar a tu bebé, por supuesto, por la susceptibilidad a diferentes cosas, pero no hay un grupo específico de alimentos que no puedas comer cuando estás amamantando. Y esos son los mitos principales que tratamos de abordar y analizar.