

# Cuando el Bebé no se Prende: Estrategias de Ayuda

Es importante que el bebé se prenda bien si está amamantando. Requiere práctica, tanto de tu parte como la de tu bebé. Puedes lograrlo. Asegurándote que tu bebé se prende de manera correcta, va a asegurar que recibe suficiente leche materna y al mismo tiempo vas a proteger tus pezones.

Hay varias razones por las que los bebés no se prendan adecuadamente, incluyendo: ser prematuros, las medicinas que recibe la mamá durante los dolores y el parto, el Síndrome de Down, condiciones de salud como infecciones, defectos congénitos del corazón o ictericia. O condiciones como tener la lengua pegada o un labio leporino. Aunque tu bebé no tenga estas condiciones, podría no prenderse bien. Es importante reconocer cuando tu bebé no se prende bien y corregirlo.

Las señales que no se prende bien incluyen: somnolencia - tal vez tu bebé no se despierte suficiente para recordar que tiene que comer; tu bebé se prende y lo suelta una y otra vez; empuja el seno o se rehúsa a prenderse; se duerme a los 2-3 minutos de haberse prendido, no succiona continuamente para comer suficiente; o tiene problemas para alimentarse con otros métodos, incluyendo biberones. También es posible que tengas síntomas que no se prende bien lo que dificulta la lactancia a tu bebé debido a dolor al alimentarlo, pezones lastimados o adoloridos, pezones enrojecidos, agrietados o abiertos, pezones deformes después de amamantar y falta de sensación de que los senos están vacíos después de darle de comer.

Otra causa de que no se prenda bien, sería que el seno está demasiado lleno con leche. Cuando los senos están demasiado llenos, los ductos lácteos se presionan contra los pezones. La areola se endurece demasiado o se hace plana y el bebé no logra prenderse bien.

Puedes aliviar esto al exprimir manualmente suficiente leche para suavizar el seno. Otra manera de ayudar a que se prenda tu bebé cuando el seno está demasiado lleno, es con la técnica de Ablandamiento de Presión Inversa. El Ablandamiento de Presión Inversa se logra con aplicar leve presión en un área de 1 a 2 pulgadas de la areola alrededor del pezón, moviendo temporalmente algo de la hinchazón hacia atrás y arriba en el seno. Es mejor practicar esta técnica inmediatamente antes de tratar de que se prenda el bebé y las veces necesarias que amamante.

Amamantar es natural pero puede ser frustrante cuando tú y tu bebé apenas empiezan. Aquí tienes unos pasos que puedes seguir para ayudar a que tu bebé se prenda correctamente. Despierta a tu bebé cada 2-3 horas para amamantarlo, si no lo hace él. Se paciente. Dale a tu bebé suficiente tiempo para que perfeccione la técnica. Los dos están aprendiendo.

Cuando se establezca la lactancia, lleva un control de las veces que tu bebé orina y evacúa, para asegurarte que lo hace regularmente. Esto te va a ayudar a determinar que está tomando suficiente leche.

*"Lo normal es que ensucien entre cuatro y cinco pañales al día. Entonces estamos seguros que están tomando suficiente leche." ¿Llora el bebé con mucha frecuencia? ¿Estás amamantándolo suficiente tiempo? Y si el bebé está ganando peso o no. El aumento de peso es muy importante las primeras dos semanas."*

Tal vez quieras usar un dispositivo que ayuda a amamantar como un escudo de pezón o una sonda alimenticia. El escudo de pezón es una pieza delgada de silicona o látex que cubre la areola y el pezón. Puede ayudar a que tu bebé se prenda o a proteger tus pezones lastimados, pero debes de preguntar a la

# Cuando el Bebé no se Prende: Estrategias de Ayuda

consultora de lactancia antes de usarlos ya que con frecuencia se usan incorrectamente o cuando no son necesarios.

Una sonda alimenticia se pega al seno o a tu dedo y ayuda a que tu bebé se alimente de un recipiente con la leche que te habías extraído previamente. El contacto de piel-a-piel mientras amamanta puede iniciar el instinto de que se prenda y ayuda a que desarrolles un lazo emocional con tu bebé.

Si tu bebé continúa teniendo problemas para prenderse, haz cita con el pediatra o con la consultora de lactancia. Tu pediatra y consultora de lactancia pueden guiarte y aconsejarte sobre como amamantar.

Amamantar puede ser retador, pero recuerda que toma tiempo determinar lo que funciona mejor para ti y tu bebé. Se paciente y no te des por vencida en tu peor día. Vale la Pena.