

## Signos para reconocer un buen agarre:

El principal es **la ausencia de dolor**. No continúes la toma si sientes dolor. Retira al bebé del pecho colocando tu dedo meñique en su boca y vuelve a colocarlo. Esto evitará la formación de grietas del pezón. Si lo necesitas, pídenos ayuda.

El bebé se coje al pecho con la **boca bien abierta**.

Puedes ver más **la areola** por encima del labio superior que por debajo del labio inferior.

El labio inferior está **evertido**.

Al succionar, **no hunde las mejillas ni hace ruido** (como un "clac").



## Los primeros días:

Los bebés sanos necesitan solo una pequeña cantidad de calostro. Aprender a **sacarte leche de forma manual** te permitirá estimular el pecho y obtenerlo de manera precoz.

Es habitual que, en esta etapa, los bebés pidan constantemente el pecho, a pesar de estar todo el día enganchados. Un buen agarre y la succión frecuente son necesarios para la subida de la leche. Suelen necesitar **entre 10-12 tomas diarias**.

No es conveniente utilizar tetinas o chupetes porque la forma de succión es totalmente diferente. Por lo cual, de ser necesario administrar leche extraída o suplemento, lo haremos a través de una jeringuilla.

*La lactancia materna es un proceso.  
No es igual en todos los casos.  
Es una experiencia tan única  
como cada familia.*

## Más información:



# LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses aportará a tu bebé todo lo necesario para su crecimiento y desarrollo físico y emocional.

El camino hacia una lactancia materna exitosa se hace paso a paso y, en cada uno de ellos, **podemos acompañarte si lo deseas.**

## En la sala de partos:

Fomentamos el contacto **piel con piel** desde el minuto 0, siempre que sea posible.

**Aprovechando las dos primeras horas de vida,** que es cuando el bebé está más despierto y alerta, busca el pecho y hace su primera toma. Es habitual que después esté más dormido.



## En la habitación:

Intentamos que el bebé esté con su madre las 24 horas del día y que continúen realizando contacto piel con piel.

El pecho debe ofrecerse **a libre demanda**, prestando atención a los signos de hambre, como son abrir la boca, chuparse los puños y buscar.

**No se debe esperar** a que el bebé esté muy irritable o llorando porque, en esta situación, será más complicado conseguir un buen agarre.



## Para amamantar a tu bebé:

Tienes que estar en una **posición cómoda**. Existen muchas posiciones para amamantar:



Lo más importante es que el bebé y tu tengáis el mayor contacto posible (barriga con barriga, por ejemplo). La cabeza, el hombro y la cadera del bebé deben estar alineados.

Para que el bebé abra la boca, debes estimular con tu pezón su labio superior y, cuando lo haga, acercar al bebé al pecho (no al revés). Recuerda que el bebé se coge de la aerola y no del pezón.