

Claves para el éxito de la lactancia

Tener un buen inicio en tu lactancia es uno de los factores que más favorece el éxito a largo plazo. Los puntos claves para que esto se produzca son:

01 *Contacto piel con piel*

Los recién nacidos colocados inmediatamente sobre el pecho de su madre y a los que se les permitió realizar los movimientos de búsqueda y tomar el pecho por sí mismos, tienen más probabilidades de conseguir una lactancia exitosa y duradera.

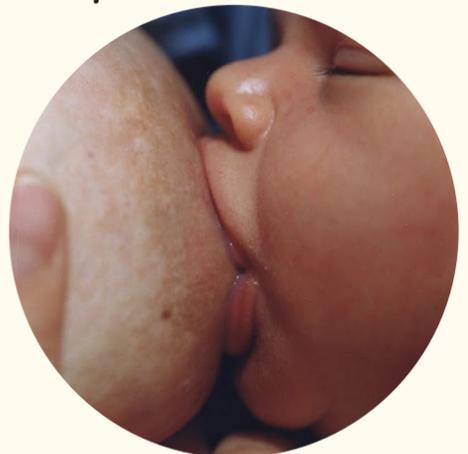


02 *Inicio precoz*

Los bebés nacen llenos de Noradrenalina, una hormona que les predispone a estar en estado de alerta durante las 2 primeras horas de vida. Durante este periodo el bebé se encuentra despierto, activo y dispuesto a mamar.

03 *Agarre y postura adecuada*

Un agarre y postura correcta es crucial para amamantar con éxito ya que evita el dolor en los pezones, asegura el suministro suficiente de leche y estimula una producción de leche adecuada.



04 *Lactancia a demanda*

La lactancia materna no tiene horarios. Dar el pecho a demanda consiste en amamantar al bebé siempre que éste dé muestras de que necesita mamar, tanto de día como de noche y durante todo el tiempo que necesite en cada toma.

05 *Evitar chupetes y tetinas*

El uso de chupete y tetinas puede confundir a los bebés, ya que los movimientos de los labios, lengua y mandíbula durante la succión son diferentes a los que realiza para mamar de un pecho. Si el bebé se confunde puede provocar daños en el pezón y tomas ineficaces por rechazo del pecho.

