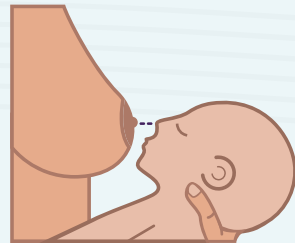




CÓMO LOGRAR UN BUEN AGARRE AL SENO

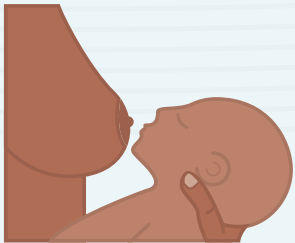


UNA DE LAS PARTES MÁS IMPORTANTES DE LOGRAR ESTABLECER LA LACTANCIA MATERNA O DAR EL PECHO ES ASEGURARTE DE QUE TU BEBÉ TENGA UN BUEN AGARRE.



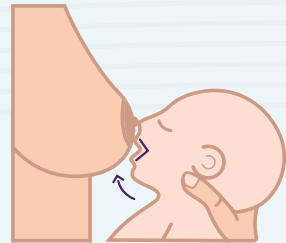
1. Coloca a tu bebé en la posición correcta.

- Coloca a tu bebé de modo que su nariz esté justo enfrente al pezón.
- Asegúrate de que el estómago y el pecho de tu bebé estén tocando tu cuerpo.



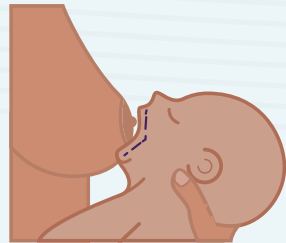
2. Sujeta el cuello de tu bebé con la mano.

- No coloques la mano en la parte trasera de la cabeza del bebé. La mayoría de los bebés se alejan del seno o pecho si les mueven la cabeza para que se agarren al pezón.



3. Toca suavemente la nariz de tu bebé con el pezón.

- El bebé debería abrir la boca y tratar de agarrarse.



4. Espera a que el bebé abra la boca ancha para agarrarse.

- Ten paciencia. Si tu bebé solo abre un poco la boca, tal vez no esté listo para agarrarse.
- Espera hasta que tu bebé abra la boca ancha y acércalo al pezón.

SEÑALES DE UN BUEN AGARRE

- El agarre es cómodo y no duele.
- Los labios de tu bebé están evertidos, como un pez.
- La boca de tu bebé cubre la mayor parte de la areola (el área circular alrededor del pezón) cuando se agarra.
- La nariz de tu bebé está libre y su barbilla te toca el seno o pecho.
- Las orejas de tu bebé se menean o mueven levemente mientras se alimenta.
- Se oye o se ve que el bebé traga.

Si tu bebé no está agarrado correctamente, suavemente jálale la mejilla hacia la oreja o métele un dedo limpio en la boca para romper el agarre con suavidad y volver a intentarlo.

Consejo

Para ayudar a que tu bebé tenga un buen agarre, usa las manos para prepararle un “sándwich con el pezón” mientras abre la boca. Esto podría ayudarlo a tener un mejor agarre. Mira los ejemplos de la derecha.



Forma una “C”



Forma una “U”



Forma una “V” o “tijera”



SEÑALES DE UN MAL AGARRE

- **La leche se escapa de la boca del bebé mientras se alimenta:** podría ser señal de que la unión entre los labios del bebé y la areola es débil.
- **Chasquidos mientras tu bebé se alimenta:** podrían indicar que tu bebé está tragando aire mientras se alimenta.
- **No hay sonidos que indiquen que tu bebé está tragando:** es posible que tu bebé esté intentando mamar el seno o pecho, pero no hay paso de leche.
- **Agarre doloroso:** alimentar a tu bebé por el seno o pecho no debería doler. Aunque es posible que haya irritación y sensibilidad durante la primera semana la lactancia materna o de dar el pecho, alimentar a tu bebé NO debería doler.

Si tienes problemas con el agarre de tu bebé, comunícate con el WIC, con tu consejera de lactancia o con el proveedor de atención médica de tu bebé INMEDIATAMENTE.

RECURSOS

Apoyo para la lactancia materna del WIC

Información sobre cómo hacer un plan para el nacimiento y las dificultades e inquietudes comunes de la lactancia materna o de dar el pecho
<https://wicbreastfeeding.fns.usda.gov/>

Oficina para la Salud de la Mujer

Información de cómo hacer un plan para el nacimiento y preguntas comunes sobre la lactancia materna o de dar el pecho
<https://www.womenshealth.gov/breastfeeding>

¿TIENES PREGUNTAS?

Si tienes preguntas sobre cómo hacer que tu bebé se agarre bien, comunícate con nosotros:



1-800-8-NEV-WIC
(1-800-8-638-942)
NEVADAWIC.ORG

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.
©Brush Art Corporation