

# Un Buen Prendimiento Previene Muchos Problemas

Revisión rápida de exitosas posiciones y prendimientos:

## 1. Posiciones

- Sostenga la cabeza atrás de las orejas
- Estomaguito a estomaguito
- Naríz del bebé de cara a su pezón

## 2. Ofrezca el seno

- Sostenga el seno como sandwich – apriete el seno ligeramente entre el dedo gordo y los otros dedos, con el dedo gordo alineado con la naríz del bebé
- Mueva el pezón de la naríz a la barbilla del bebé hasta que el bebé abra la boca bien grande, como un bostezo
- Traiga el bebé al seno, no el seno al bebé
- El bebé se llena la boca de aréola
- Puede dejar de sostener el seno una vez que el bebé se prende

## 3. Revise el prendimiento

- Labios hacia afuera, boca abierta bien grande
- No dolor, no pezón arrugado o metido afuerza
- Barbilla tocando el seno, naríz libre. Prendimiento no centrado, no como tiro al blanco. El bebé está abajo en la aréola

## 4. Asesore la transferencia de la leche

- Mandíbula bien abierta
- Succión regular
- Usted puede sentir sensación de succión profunda
- Usted puede ver y oír tragar

### Dolor mientras está dando pecho

Mientras que sus pezones y senos se pueden sentir incómodos, dar pecho no debe **doler**. Asegúrese de que el bebé está bien prendido (boca grande bien abierta, labios volteados hacia afuera, prendimiento profundo). Si dar pecho duele, rompa la succión y prenda al bebé de nuevo. Si el dolor continua, llame a su proveedor de salud o consultora de lactancia.

