

Recién nacido

Qué hacer si no mama

Te habías hecho la ilusión de dar el pecho a tu hijo y ahora resulta que no quiere. No te rindas: si averiguas los motivos de su rechazo podrás encontrar una solución.

La Organización Mundial de la Salud defiende la lactancia materna como la manera ideal de alimentar al bebé durante, al menos, sus 6 primeros meses. Y es que la leche materna contiene todos los nutrientes y sustancias inmunizantes que el pequeño necesita para su desarrollo. Dar el pecho también supone muchas ventajas para la madre, ya que le ayuda a perder el peso que ha ganado durante el embarazo, disminuye los sangrados típicos del posparto y resulta más cómoda y económica que la lactancia con biberón. Sin embargo, no siempre es fácil conseguir que el niño mame.

Causas y soluciones

Estos son algunos de los motivos más frecuentes que pueden llevar a tu bebé a rechazar el pecho:

Técnica inadecuada. Si no colocas bien al niño, el pequeño no puede engancharse al pezón ni sacar leche.

Para evitar esto es importante que antes de salir de la clínica pruebes diferentes posturas para amamantar (sentada, acostada, colocando al bebé bajo el brazo como si fuera un balón de rugby...), hasta que encuentres la que os resulte más cómoda a tu hijo y a ti. Una vez que ambos estéis a gusto, debes meterle el pezón y parte de la areola en la boca, acercando al bebé al pecho y no al revés, y comprobando que puede respirar de forma correcta por la nariz.

Empleo del biberón y/o del chupete. Utilizar cualquiera de estos dos objetos antes de que la lactancia esté bien instaurada puede quitar al pequeño las ganas de mamar.

Frenillo lingual corto. O labio leporino, o paladar ojival... El pediatra evaluará la situación y decidirá cuál es la mejor manera de proceder: corregir la técnica, cambiar la pos-

Asegúrate de que no tiene que flexionar el cuello para llegar al pezón.

¡Qué práctico!

❗ No te sujetes el pecho poniendo los dedos en forma de tijera. Esto dificulta la lactancia al niño.

❗ Si se queda dormido y deja de mamar, hazle cosquillas en los pies. Seguirá adormilado, pero mamará.

❗ Cuando termine de mamar, mete tu dedo meñique por la comisura de sus labios. Así abrirá la boca y no te tirará del pezón en el momento en que se suelte.

El vaivén tranquiliza a los bebés, por eso se aconseja darles de mamar en una mecedora.

Solo se agarra a un pecho

Es posible que el niño rechace uno de los pechos. Si a tu hijo le pasa, empieza a amamantarlo ofreciéndole el pecho que menos le gusta (al tener más hambre, es más probable que lo acepte). También puedes intentar darle el seno que rechaza manteniéndolo en la misma posición. Y si nada de esto da resultado, no te agobies. Tu bebé puede alimentarse perfectamente mamando sólo de un pecho. La leche se te cortará en el que no trabaja y durante la lactancia tendrás un pecho más grande que otro, problema que se puede disimular.



tura, intervenir al pequeño...

Pezones cortos.

En este caso, igual que en el de pezones invertidos, al niño le cuesta más agarrarse

al pecho, pero puede mamar. En la farmacia venden pezoneras muy útiles ante estos problemas.

Tensión materna. Cuando la madre tiene mucha leche, el pecho se le hincha tanto que al bebé le resulta difícil mamar. La solución es que se saque un poco de leche antes de empezar a amamantar a su pequeño.

Dieta materna. Tu leche se forma a partir de los alimentos que consumes,

por lo que es normal que su sabor varíe. Observa si tu pequeño rechaza el pecho cuando tomas alimentos fuertes (ajo, cebolla, espárragos...) y, si es así, elimínalos de tu dieta.

¡Puedes conseguirlo!

La clave para lograr que tu hijo mame radica en convencerte de que puedes hacerlo. Ten confianza y serenidad y "ánimo" a tu bebé a engancharse al pecho y disfrutar. Para ello...

👉 Escoge una habitación tranquila para darle de mamar y procura que sea siempre la misma.

👉 Úntale el pezón con unas gotitas de tu propia leche. El olor le indicará hacia dónde tiene que dirigirse.

👉 Amamántale adormilado, antes de que se despierte del todo.

👉 El movimiento tranquiliza a los bebés, puedes usar una mecedora. Si nada de lo que pruebas funciona, consulta con el pediatra, una matrona o una especialista en lactancia materna. Ellos estudiarán vuestro caso.

Ester Alonso

Asesora: Luisa López.
Diplomada en Nutrición, especialista en lactancia materna

Información en "Dónde lo encuentro"