

## INDICACIONES

Hay quienes maman durante 20 minutos y sin embargo reciben la misma cantidad que otras u otros en 4 ó 5 minutos, si se le ofrece el pecho y lo acepta, es porque lo necesitan, no es cierto que se malacostumbren y que deban esperar 3 horas entre toma y toma.



Deben ofrecer siempre los dos pechos, empezando por el último que se haya ofrecido; si rechaza el segundo será porque ya ha tomado suficiente del primero. Si ya ha comido bastante lo hará saber,



## TOMAS NOCTURNAS

No hay ninguna razón médica para suprimir las tomas de la noche. Son importantes durante los primeros días y semanas para el establecimiento de una adecuada lactancia, ya que previenen problemas como la mastitis, producen picos más elevados de las hormonas que ponen en marcha la lactancia, ayudan a mantener la producción de leche y hacen posible un contacto íntimo madre hijo/a en unas condiciones que a menudo no se tienen durante el día .

IMPORTANCIA DE LA  
LACTANCIA MATERNA EN  
NIÑOS DE CERO A SEIS  
MESES  
DEL BARRIO SAN FRANCISCO  
FRA. COMALAPA CHIS.



# LACTANCIA MATERNA

---

El amamantamiento es un arte innato en los seres humanos que, sin embargo, no está exento de unos conocimientos y actitudes que lo faciliten.



Antiguamente eran las madres, familiares y contactos próximos a las parturientas las que ejercían esta labor, pero a partir de los años 60 la lactancia materna se quedó relegada y actualmente las madres buscan los consejos de los y las profesionales de la salud.

## IMPORTANCIA

Enfocada a la salud infantil y materna, hace que la protección, promoción y apoyo a la misma sea una prioridad de salud pública y un objetivo de primer orden

## PRIMER AGARRE

El primer agarre es importante para la instauración y mantenimiento de la lactancia, por lo que se seguirán los siguientes criterios generales:

- Dejar intimidad, procurando un ambiente agradable de temperatura, sin ruidos y con poca gente en la habitación.
- Posición materna cómoda y correcta para la enseñanza en la técnica de amamantamiento.
- 

## PARA IDENTIFICAR QUE ESTÁ MAMANDO BIEN:

- Posición adecuada: abdomen del bebé contra el de la mamá.
- Que agarre bien el pezón y areola mamaria, teniendo en cuenta la posición de los labios y la nariz.
- Valorar el signo de succión correcta: si al mamar moviliza la oreja correspondiente.



## VENTAJAS

la leche materna contiene todos los nutrientes necesarios para el niño. También, presenta anticuerpos procedentes de la madre y que protegen al bebé los primeros meses de vida. Es económica y cómoda ya que no hay que prepararla. Además, se están realizando estudios cuyos primeros resultados demuestran que la lactancia materna previene el riesgo de padecer cáncer de mama.



## DESVENTAJAS

la lactancia materna requiere más tiempo y dedicación de la madre ya que los bebés necesitan más tomas en menos tiempo. Los primeros días existen molestias hasta que se desarrolla una buena técnica. Por último, la madre debe tener cuidado con los medicamentos que toma y reducir la cafeína y el alcohol.