

Señales de un amamantamiento eficaz

Signos de amamantamiento adecuado	Signos de posible dificultad
Postura de la madre y del bebé	
<p>Madre relajada y cómoda</p> <p>Bebé en estrecho contacto con su madre</p> <p>Cabeza y cuerpo del bebé alineados, frente al pecho</p> <p>La barbilla del bebé toca el pecho</p> <p>Cuerpo del bebé bien sujeto</p> <p>El bebé se acerca al pecho con la nariz frente al pezón</p> <p>Contacto visual entre la madre y el bebé</p>	<p>Hombros tensos, inclinados hacia el bebé</p> <p>Bebé lejos del cuerpo de la madre</p> <p>Cabeza y cuello del bebé girados</p> <p>La barbilla del bebé no toca el pecho</p> <p>Solo se sujetan la cabeza y el cuello del bebé</p> <p>El bebé se acerca al pecho con el labio inferior/ barbilla frente al pezón</p> <p>No hay contacto visual madre-bebé</p>
Lactante	
<p>Boca bien abierta</p> <p>Labios superior e inferior evertidos</p> <p>La lengua rodea el pezón y la areola</p> <p>Mejillas llenas y redondeadas al mamar</p> <p>Más areola visible por encima del labio superior</p> <p>Movimientos de succión lentos y profundos, con pausas</p> <p>Puede verse u oírse tragar al bebé</p>	<p>Boca poco abierta</p> <p>Labios apretados o invertidos</p> <p>No se le ve la lengua</p> <p>Mejillas hundidas al mamar</p> <p>Más areola por debajo del labio inferior</p> <p>Movimientos de succión superficiales y rápidos</p> <p>Se oyen ruidos de chupeteo o chasquidos</p>
Signos de transferencia eficaz de leche	
<p>Humedad alrededor de la boca del bebé</p> <p>El bebé relaja progresivamente brazos y</p>	<p>Bebé intranquilo o exigente, agarra y suelta el pecho intermitentemente</p>

piernas El pecho se ablanda progresivamente Sale leche del otro pecho La madre nota signos del reflejo de eyección El bebé suelta espontáneamente el pecho al realizar la toma	La madre siente dolor o molestias en el pecho o en el pezón El pecho está rojo, hinchado y/o dolorido La madre no nota signos del reflejo de eyección La madre ha de retirar al bebé del pecho
--	---

El crecimiento del bebé debe ser controlado por el pediatra y/o enfermera en la consulta. La forma de conocer si el bebé recibe la suficiente leche es midiendo el ritmo de ganancia de peso durante los primeros meses de vida. En niños amamantados es el siguiente:

- Pérdida del 7% del peso al nacimiento y recuperación del peso antes de la 2ª semana
- Hasta la 6ª semana aumento de 20 g/día
- Entre la 6ª semana y el 4º mes, aumento de 100-200 g/semana
- Entre el 4º y el 6º mes aumento de 80-150 g/semana
- Entre el 6º y 12ª mes aumento de 40-80 g/semana

Principales signos a observar:

- Pérdida de peso del bebé mayor del 7% respecto al peso al nacimiento
- Pérdida continuada de peso después del día 3
- Menos de 3 deposiciones en 24 horas en los primeros días
- Heces meconiales después del día 4
- Menos de 3 pañales mojados en 24 horas después del día 4
- Lactante irritable e inquieto, somnoliento o que rehúsa las tomas
- Deglución no audible durante las tomas

- No hay cambio discernible en el peso o tamaño de los pechos, y no hay cambio aparente en la composición y el volumen de la leche entre los días 3 y 5
- Dolor de pezones persistente o creciente
- Congestión mamaria que no mejora amamantando
- Lactante que no ha empezado a ganar peso después del día 5
- Lactante que no ha recuperado el peso al nacimiento para el día 14