¿Qué es normal al amamantar?

Empezar bien las cosas

Para favorecer la lactancia exclusiva del recién nacido a término:

Toma durante la primera hora

Colocar rápidamente al recién nacido piel con piel es la mejor práctica para favorecer la primera toma. Esto fomenta una relación de lactancia prolongada.

Lactancia frecuente

Se recomienda dar el pecho cada dos o tres horas. El contacto continuo piel con piel contribuye a que las madres reconozcan las señales tempranas de hambre de su bebé.

Previsión de 3 pañales manchados

Tres o más deposiciones amarillas en 24 horas a partir del 4.° día, aproximadamente, son un indicador de que la iniciación ha tenido lugar y de que la producción de leche está en marcha.

¿Con qué frecuencia?

4–13

Número de sesiones de lactancia diarias[1]

¿Cuánto tiempo?

observa a tu bebé
y sus señales
recuerda que el reloj no es importante

¿Cuánto?

Los lactantes se alimentan hasta saciarse y paran cuando han tenido bastante o quieren cambiar al otro pecho.

nico pecho es

- El volumen medio que bebe un lactante de un ú de 75 ml (intervalo: 30–135 ml) el otro
- Es normal que un pecho produzca más leche que

67 %

En una sesión de lactancia media se extrae el 67 % de la leche del pecho[1]

54–234 ml e

Cantidad media de leche de una sesión d lactancia (1 o 2 pechos)

Desarrollo

Hasta un 46 % de crecimiento de las mamas

El tamaño de las mamas puede aumentar hasta un 46 % desde antes del embarazo hasta el parto. No todas las madres experimentan tal aumento y en algunos casos puede ocurrir tras el nacimiento del lactante.[1]



medela

Inicio

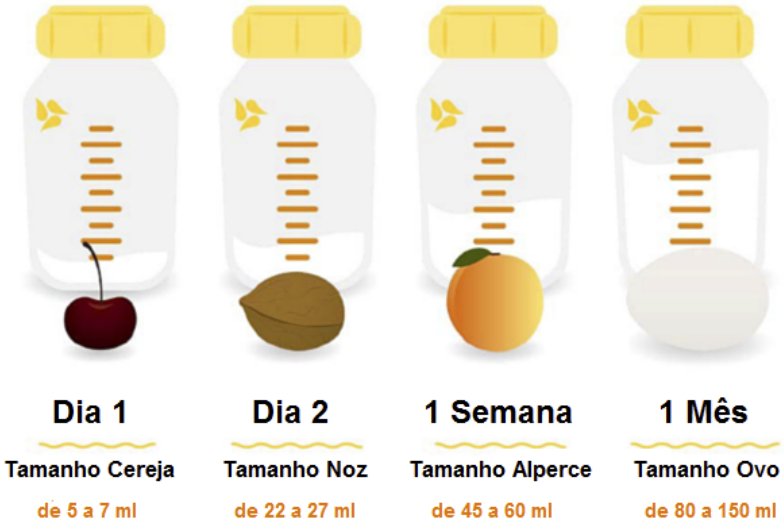
Esta fase se conoce como activación secretora (lactogénesis II) y comúnmente se denomina «subida» de la leche. En las primeras semanas tras el parto, los importantes cambios hormonales y la estimulación de las mamas activan los lactocitos para iniciar una producción copiosa de leche.

Día 1: 10–50 ml

Las madres producen entre 10 y 50 ml en las primeras 24 horas tras el parto. Estos volúmenes aumentan durante los días siguientes, coincidiendo con el paso del calostro a la leche de transición.[3,4,5]

Día 3: «subida» de la leche

El plazo para la activación secretora es diferente en cada madre y oscila entre 24 y 120 h tras el parto. La activación secretora tardía se ha asociado con una lactancia reducida.



Tipos de Pezón

No tengas miedo si tienes los pezones planos o invertidos es perfectamente posible dar pecho



Si tienes un pezón plano o invertido, puede que no llegue al paladar del bebé para estimularlo y promovar el reflejo de succión " Esto puede hacer que tenga problemas para acoplarse o que no pueda permanecer acoplado para lograr una succión de leche eficaz" PIDE AYUDA A TU CONSEJERA DE LACTANCIA