

Cómo colocar a su bebé y lograr un agarre perfecto

Posiciónese:

- Elija un lugar cómodo para sentarse
- Use almohadas para apoyar su espalda, brazos y relajar los hombros
- Use un taburete para pies si es necesario para mantener los pies apoyados

Colocación del bebé (posición cruzada):



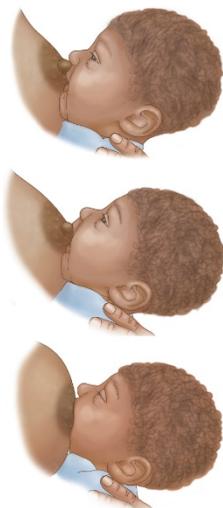
- Coloque todo el cuerpo de su bebé, desde la cabeza hasta los pies, orientado hacia su cuerpo
- Coloque a su bebé de manera que parezca que está oliendo su pezón
- Use su brazo para apoyar la espalda y el trasero del bebé
- Use la palma de su mano para sostener los omóplatos del bebé
- Use el pulgar y el dedo índice para sostener el cuello y la parte posterior de la cabeza del bebé
- Use almohadas y mantas para apoyar sus muñecas, brazos y espalda

Colocación del bebé (posición de fútbol americano/agarre con antebrazo):



- Coloque una almohada verticalmente detrás de su espalda. Esto hará que su cuerpo se mueva hacia adelante y creará más espacio para las piernas del bebé
- Coloque a su bebé de manera que parezca que está oliendo su pezón. El bebé puede estar casi sentado o de lado. De cualquier manera, su cuerpo debe estar acomodado junto al de usted.
- Use su brazo para apoyar la espalda y el trasero del bebé
- Use la palma de su mano para sostener los omóplatos del bebé
- Use el pulgar y el dedo índice para sostener el cuello y la parte posterior de la cabeza del bebé
- Use almohadas y mantas para apoyar sus muñecas, brazos y espalda

Agarre:



- Haga un "sándwich con el pezón" comprimiendo suavemente el pecho justo detrás de la areola (la parte más oscura del pecho que rodea el pezón)
- Coloque su pulgar cerca de donde estará la nariz del bebé cuando se encuentre en el pecho. Coloque sus otros dedos debajo del pecho dejando suficiente espacio para la barbilla del bebé
- Cosquillee los labios de su bebé con su pezón para estimularlo a que los abra bien
- Use la palma de su mano que está sobre los omóplatos del bebé para acercarlo rápidamente al pecho cuando tenga la boca abierta
- La barbilla del bebé debe tocar primero el pecho y su pezón debe apuntar hacia el paladar del bebé
- Una vez logrado el agarre, la barbilla de su bebé debe estar profundamente pegada al pecho y su nariz apenas rozando
- Es posible que sienta una leve molestia cuando se logre un agarre correcto del bebé a su pecho por primera vez, pero no debería durar más de un minuto aproximadamente

- Siga sujetando el pecho durante la toma de leche. Esto ayuda a restar peso de la barbilla de su bebé y le ayuda a alimentarse mejor
- También puede usar los dedos de la mano que sujeta el pecho para presionar y luego soltarlo para ayudar al bebé a obtener más leche
- Si el agarre es difícil o doloroso, póngase en contacto con la Línea de ayuda para la lactancia y la extracción de leche al (816) 346-1309