

Informació per al Pacient

LACTÀNCIA LATERNA

INFORMACIÓ GENERAL

Després del part és aconsellable iniciar la lactància materna durant la primera hora de vida, quan el nen està despert, afavorint així l'aprenentatge de la succió i estimular la pujada de la llet.

- La demanda de les preses ve determinada pel nen.
- Durant el dia, es recomana que les preses no s'espaiïn més de 4 hores.
- Quan hi hagi indicis de pujada de llet és important que el nadó buidi un pit abans d'oferir-li l'altre ja que la concentració de greix és més alta al final de la presa. Hi ha nens que només mamen d'un pit en cada presa.
- Es recomana mantenir la cohabitació mare-nadó al llarg de tot dia per afavorir la lactància i el vincle afectiu.
- És preferible no oferir xumets o tetines fins que la lactància materna estigui ben instaurada.
- La lactància materna és el millor aliment que pot rebre un nadó.

LA POSICIÓ

- Cal apropar el nen al pit tot evitant que li pengi el cap i estiri el mugró.
- El cap del bebè ha d'estar recte, alineat amb la seva columna, el seu nas davant del mugró i la mandíbula inferior enganxada al pit.
- Perquè el nen obri bé la boca pot fregar-li el mugró pel llavi superior.
- Agafar el pit per sota amb les mans en forma de "C" oferint-li al nadó el mugró, la aurèola i la porció inferior de la mama.
- Una mala posició dificulta l'adherència i pot disminuir la producció de llet i també ocasionar dolor a la mare.
- El nen està mamant de forma correcta quan:
 - S'observa el moviment de la seva mandíbula fins temples i orelles.
 - Durant la succió la boca del nadó està ben oberta i té els llavis cap a fora.

DIFICULTATS

Clivelles

- Normalment es deuen a una incorrecta posició del nen. Si hi ha dolor mentre mama, retirar el mugró de la boca (introduint el dit per la comissura dels llavis) i tornar a col·locar el nen en la posició correcta.
- Si apareixen clivelles:
 - Demani que un professional valori una presa.
 - És important la higiene dels mugrons amb aigua i sabó neutre 2 o 3 vegades cada dia i mantenir la pell airejada.
 - NO es recomana aplicar la pròpia llet, ni lanolina, si ja té clivelles.
 - Pot ser necessari l'ús d'algun producte per ajudar a cicatritzar. Consulteu amb personal expert.
- És convenient canviar de posició a el nadó en cada presa.

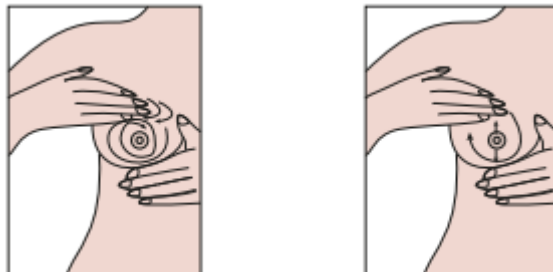


Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.es, o en nuestra App.

Hospital El Pilar
Grupo  quirónsalud

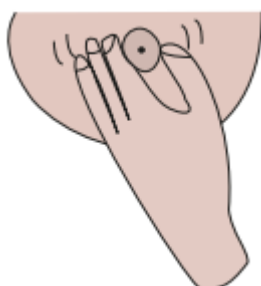
Congestió del pit

- Lactància efectiva i freqüent.
- Realitzar un massatge per estovar bé el pit. Si cal, extreure una mica de llet per facilitar que el nen s'agafi millor.



Pressió inversa suavitzant

- Consisteix a aplicar pressió durant 10 segons sobre un radi de 2 a 4 centímetres de l'aurèola a la base que envolta el mugró, amb la finalitat de desplaçar lleugerament la inflor cap enrere i cap a l'interior del pit.
- Hem d'anar rotant la posició dels dits de manera que tota l'aurèola rebi aquesta pressió. Ho farem immediatament abans de col·locar el nadó al pit.
- És útil durant les primeres dues setmanes.



DUBTES I ACLARIMENTS

- Un mugró pla o invertit no és un inconvenient per a la lactància materna. El mugró té un paper passiu en la lactància.
- La mida del pit no està relacionat amb la capacitat de produir llet.
- La qualitat de la llet de totes les mares és similar. No hi ha una llet millor o pitjor.
- Es recomana lactància materna exclusiva fins els sis mesos de vida. Però també serà beneficiós per al nen si, per qualsevol motiu, es dona el pit durant menys temps.



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.es, o en nuestra App.

Hospital El Pilar

Grupo  quirónsalud

- Es considera ben instaurada la lactància materna quan:
 - El nen descansa entre les preses.
 - Guanya el pes adequat.
 - Els pits queden més tous després de les preses.

DURANT L'ESTADA HOSPITALÀRIA

- Afavorir la intimitat durant les preses, evitant aglomeracions i soroll intens a l'habitació.
- Seguir els consells i indicacions del personal sanitari.

BENEFICIS DE LA LACTÀNCIA

- És el millor aliment per al nadó. Aporta els nutrients que necessita, en la quantitat adient i el protegeix contra infeccions, al·lèrgies i altres malalties cròniques.
- És un mètode d'alimentació natural, còmode, econòmic,..
- Té efecte protector davant el síndrome de la mort sobtada del lactant, diabetis, malaltia de Crohn,...
- Potencia el vincle afectiu entre la mare i el nadó.
- Afavoreix el desenvolupament motor oral. És més digestiva.
- El nen tindrà menys còlics i restrenyiment.
- Millora la recuperació de la mare després del part i li ajuda a eliminar greixos i a recobrar la silueta.
- Disminueix el risc de la mare de tenir anèmia, osteoporosi i càncer de mama o d'ovari.



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.es, o en nuestra App.

Hospital El Pilar
Grupo  quirónsalud