

Distintas posibilidades

- Recién nacidos en pouch o bandolera: reajustamos, si hace falta, para que su boca quede a la altura de nuestro pezón.
- Fular: Hay varias formas de anudarlo que nos permiten cambiar al bebé de vertical a horizontal (posición cuna), sin hacer y deshacer nudos.
- Niños algo más mayores: podremos aflojar rápidamente el ajuste para bajar al bebé, tanto delante como a la cadera en cualquier tipo de portabebés.
- Lactancia establecida y sento de la madre con suficiente flexibilidad: podemos llevarles nosotros el pezón a la boca sin necesidad de modificar la posición del bebé.

En el artículo publicado en la web de Red Canguro, bajo este mismo nombre, podrás encontrar fotos y vídeos de distintas maneras de dar de mamar en portabebés.



Si deseas saber más sobre el tema, aprender a usar un portabebé, consultar sobre sus posiciones, modelos, etc.

¡¡¡Contacta con nosotros!!!
<http://www.redcanguro.org>
redcanguro@gmail.com



Somos una agrupación de mamás y papás de toda España que llevan a sus bebés con distintos portabebés y queremos compartir el placer de tener pegados a nuestros pequeños.



No estamos a favor de un portabebé en particular o el uso de una marca u otra. Creemos que cada familia tiene que encontrar su opción según sus necesidades y gustos. Nuestro único fin es ayudar a los padres a esta elección.

Este texto está protegido con una licencia *Creative Commons*. Puedes difundir el texto siempre y cuando cites la fuente y sea para un uso no comercial.

<http://es.creativecommons.org>

Toda la información proporcionada se ofrece solamente con fines informativos y de discusión general. No pretende ser profesional, médica, técnica o experta y no podemos garantizar la exactitud de la información proporcionada. La información contenida en este folleto puede no ser correcta, pese a los esfuerzos realizados para llevar a cabo su exactitud y realización. Es su responsabilidad verificar independientemente cualquier información u opinión contenida en estos sitios y consultar con su médico, pediatra o profesional competente la exactitud y aplicabilidad de cualquier información de este documento.



¡¡Aúpa y teta!! Portabebés y Lactancia



Lactancia y portabebés están muy relacionados. Los portabebés tradicionales ayudan a solucionar problemas de lactancia o continuar con ella. Los niños amamantados pasan mucho tiempo en brazos de su madre y un portabebé es la forma más cómoda de sujetarle; esta necesidad crece al crecer el bebé.

Lactancia y ventajas de usar portabebés

Relactación: Si la lactancia ha sido ininterrumpida y se quiere volver a recuperar, los portabebés facilitan hacer “piel con piel”, estimulando la secreción de oxitocina y animando al bebé a coger el pecho, si es preciso, 24 horas al día.

Los portabebés permiten continuar la sensación de estar acurrucado, escuchando la voz y los latidos del corazón de su madre, sintiendo su calor, siendo balanceado suavemente con sus pasos, tras 9 meses en el seno materno.

Siguiendo nuestro instinto

Es necesario escuchar las necesidades del bebé en cada etapa: si prefiere estar tumbado o erguido; respetar si no quiere mamar en un portabebés o con la cabeza tapada, permitirle pasar horas sin despegar la boca del pezón... Hay que evitar las ideas preconcebidas y amoldarse al bebé día a día.

Si estamos intentando superar algún problema con la lactancia (mala postura, grietas, confusión tetina-pezón, etc.) hace falta tener paciencia para llegar a amamantar cómodamente con portabebés. Puede ser preferible esperar a solucionar esos problemas o a que la lactancia esté bien establecida antes de dar de mamar en un portabebés.



Beneficios para el bebé del uso de portabebés durante el período de lactancia:

- En prematuros, el Método Madre Canguro contribuye a facilitar la lactancia, por animarles a agarrarse al pecho, aumentar la producción y facilitar la extracción de leche materna para alimentarles, si esto fuera necesario.
- Disponibilidad: La mamá y, por tanto, el pecho están siempre disponibles. Esto es más importante los primeros días, en los que nuestro hijo puede reclamar su toma muy a menudo y durante bastante tiempo.
- Desarrollo: El balanceo incrementa su desarrollo neuronal, estimulando el sistema vestibular (responsable del equilibrio) incluso mientras se alimentan.
- En un portabebés el pecho, calmante natural de los bebés en situaciones de estrés, está al alcance rápidamente, por lo que lloran menos y están menos nerviosos.
- Duermen con más facilidad y más tiempo, ya que permiten al bebé seguir junto a la madre tras la toma.
- Menor índice de regurgitaciones y cólicos, ya que los podemos mantener en posición erguida. Además, la postura les ayuda a expulsar los gases.

Beneficios para la madre del uso de portabebés durante el período de lactancia:

- Manos libres: Podemos realizar otras actividades mientras amamantamos, como atender a hijos mayores y evitar o atenuar los posibles celos, descansar con el bebé dormido con la seguridad de que no se va a caer, etc.
- Autoestima: Aprendemos a reconocer las señales del bebé, a identificarlas y a responder más rápidamente, lo que reafirma la confianza de la madre en su instinto maternal y disminuye el índice de depresiones post-parto.
- Comodidad: El peso se reparte por torso, hombros y espalda. Nuestro cuerpo se va adaptando conforme engorda el bebé, lo que, junto a que favorecen una buena higiene postural, ayuda a mejorar nuestro tono muscular y prevenir otro tipo de dolencias.
- Discreción: Nos permiten amamantar en cualquier lugar y/o circunstancia sin que se vea el seno, además resguardado del frío o el sol.

Cómo dar el pecho con un portabebé

¿Tumbado o erguido?

La posición cuna o tumbada es la primera que se nos viene a la mente, pero el bebé pueden también mamar erguido, dependiendo del portabebés y/o del anudado. En general, basta con recolocar al bebé un poco más abajo de su posición habitual, o inclinado hacia el seno en cuestión. Una vez que ha terminado, podemos volver a la posición inicial reajustando el portabebés. Con la lactancia establecida, el pecho se suele hacer muy flexible, por lo que podemos dar de mamar en múltiples posiciones.

¿Qué ropa es más adecuada?

Prendas que puedan abrirse, bajarse o subirse fácilmente para sacar el pecho sin tener que quitar el portabebés. Las camisetas de lactancia se abren fácilmente y evitan que dejemos zonas del cuerpo al descubierto. También son útiles las camisetas de tirantes, cuello amplio o escote “palabra de honor” (incluso de camiseta interior en invierno) y las de cuello amplio y o de pico. Prendas con cremallera, cochetes o botones facilitan rápidamente el acceso al pecho.

Evitar adornos como pins, chapas, broches, etc. e incluso cierres prominentes, que puedan molestarnos a nosotras o al bebé e incluso resultar peligrosos ya que si se sueltan pueden llegar a ser ingeridos por el niño.

