

NATALBEN
Lactancia



desde que inicias la lactancia
contribuye al desarrollo óptimo de tu hijo

Consejos para una buena lactancia



Posturas para amamantar



Sentada

Es importante que la madre esté cómoda, con la espalda y los pies bien apoyados. Acerca el bebé al pecho, no el pecho al bebé, para mantener la espalda recta. Ayúdate de cojines de lactancia o almohadas para que el peso del bebé repose en ellos. Apoya la cabeza en tu antebrazo (no en el hueco del codo, pues esta posición te obliga a girar la espalda).



Transversa o cruzada

Como la postura anterior, pero la madre sujeta al bebé con el brazo contrario, y ofrece el pecho con la mano del lado que amamanta. Permite deslizar al niño de un pecho a otro sin cambiarlo de posición. Útil en prematuros.



Balón de rugby

Con la madre en la misma postura, pero el bebé girado hacia fuera, con los pies orientados al costado de la madre. Es útil en caso de cesárea, para cambiar la orientación de la succión, en caso de grietas, y para drenar los conductos de la parte externa de la mama.



Tumbada

Ayúdate de almohadas para estar cómoda: debajo de tu cabeza, entre las piernas, para recostar al bebé. Es ideal tras el parto, en las tomas nocturnas y cuando la madre está cansada.



Los gemelos, en tandem

Como ves, el cojín de lactancia ayuda. También puedes colocar a los bebés en forma de cruz, o bien los dos paralelos mamando en la misma dirección, o incluso un niño a cada lado, bajo el brazo.

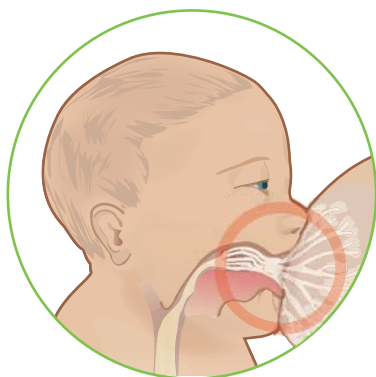


Lactancia en público

La postura de acunamiento es la más práctica cuando amamantas fuera de casa. En público puedes levantar la ropa desde abajo para evitar mostrar el pecho y cruzar las piernas para apoyar mejor al bebé sobre ellas.

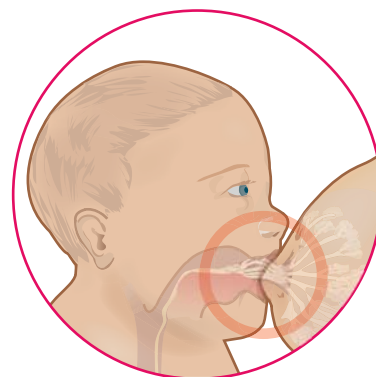
Enganche correcto

✓ Postura correcta de amamantamiento



- ✓ El bebé tiene la boca muy abierta (con labios hacia afuera, la llamada "boca de pez").
- ✓ El bebé tiene las mejillas redondeadas.
- ✓ La barbilla toca el pecho y la nariz no está tapada.
- ✓ El labio de abajo cubre más areola que el de arriba.
- ✓ La succión rápida del principio (para conseguir la bajada de la leche) se vuelve rápidamente una succión más lenta y rítmica.
- ✓ Mientras el bebé succiona la mandíbula inferior sube y baja haciendo que se le mueva la oreja y la zona de la sien.
- ✓ Cuando el bebé se desprende del pecho, el pezón tiene una forma larga y redonda y no deforme.
- ✓ La succión no duele (aunque puede ser un poco incómoda los primeros días).

✗ Postura incorrecta de amamantamiento



- ✗ El bebé realiza la succión especialmente en la zona del pezón.
- ✗ Tiene la nariz separada y la boca poco abierta.
- ✗ La leche sale con más dificultad.
- ✗ Si el bebé no se agarra bien pueden surgir problemas como:
 - Dolor y grietas en los pezones, mastitis o ingurgitación (retención de leche que produce una hinchazón).
 - El bebé necesita más tiempo para obtener la leche que necesita.
 - Como la producción de leche depende de la succión del bebé, si el niño no mama bien, la madre "fabricará" menos leche.

NATALBEN
Lactancia

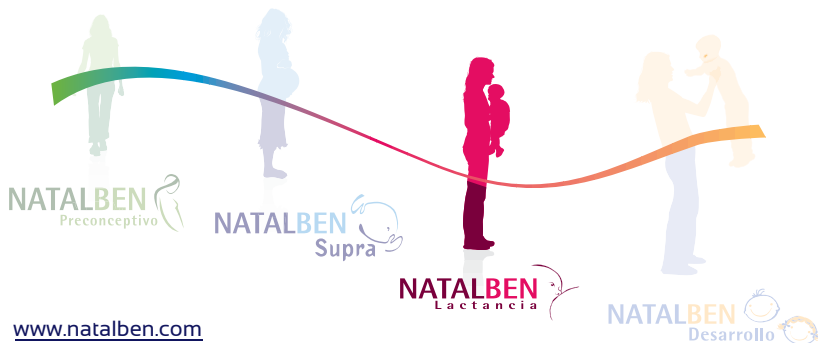
desde que inicias la lactancia
contribuye al desarrollo óptimo de tu hijo



www.natalben.com

NATALBEN

contribuye al desarrollo óptimo de tu hijo
desde la **preconcepción** hasta la **infancia**



www.natalben.com

www.desarrolloinfantil.net



Primer **complemento**
con **todos los nutrientes**
adaptados a las
necesidades del
período de lactancia

2 cápsulas al día

Apto para:

✓ Celiacas ✓ Intolerantes a la lactosa ✓ Diabéticas ✓ Intolerantes a las proteínas de la leche

No utilizar como sustitutivo de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable



COMPROMISO ITALFARMACO

NATALBEN® LACTANCIA es un producto desarrollado por el departamento de I+D de Italfarmaco en España, fabricado en la UE y comercializado en varios países.