

## La técnica correcta para Amamantar incluye

### Señales tempranas de hambre

### Postura de la Madre

### Posición del bebé

### Agarre del bebé

### Succión del bebé



1



2



3



4



5

El bebé mueve brazos y piernas, trata de chupetear sus manos. Gira la cabeza buscando el pecho.

El bebé está listo para ser alimentado.

Espalda cómoda y con apoyo, hombros relajados. Apoyo para los pies (banco) y sobre las piernas (cojín o almohada) si es necesario.

El bebé está frente a mamá y a una distancia adecuada para el siguiente paso.

El cuerpo del bebé se encuentra pegado al de mamá formando una línea recta apoyando su cabeza y espalda (tomando como referencia el lóbulo de la oreja, hombros y cadera) lo que permite que su mentón y punta de la nariz rocen la piel del pecho.

Una posición adecuada permitirá al bebé que pueda realizar un correcto agarre y succión.

La boca del bebé bien abierta para tomar la mayor cantidad de areola inferior, los labios se mantienen evertidos y el mentón siempre tocando el pecho mientras se encuentre succionando.

El agarre correcto asegura el éxito del siguiente paso.

Una succión efectiva se confirma observando las mejillas del bebé redondeadas durante su alimentación y la deglución es audible.

La vigilancia de estos pasos garantiza una extracción de leche acorde a las necesidades de cada bebé y evitará molestias innecesarias en el proceso de lactancia.