

Lactancia: el amamantamiento, el destete, consejos para producir más leche y cómo donar

6 agosto, 2021



Por Libby Rose

La obstetra Javiera Valenzuela nos explica la importancia de dar la teta y nos brinda tips para atravesar esta primera etapa de conexión entre una mamá y su hijo.

Del 1 al 7 de agosto se celebra la Semana Mundial de la Lactancia Materna. Todos los años, organismos internacionales dedicados al cuidado de la salud establecen un lema para trabajar en diferentes niveles, este 2021 es “Proteger la lactancia materna, una responsabilidad compartida”.

Con motivo de estas fechas, El Cuco Digital tomó contacto con Javiera, médica obstetra del Hospital Scaravelli para conocer más acerca de la importancia de amamantamiento, etapa sustancial para el desarrollo humano y el vínculo entre una mamá y su hijo; cómo realizar el desapego del bebé, cómo producir más leche y cómo donar.

¿Es imprescindible que un bebé reciba leche materna? ¿Por qué?

Es lo natural, es lo mejor que puede recibir un bebé porque no solo es alimento, también la madre le transmite anticuerpos que vendría a ser como un aporte de defensas que ayuda a que se enfermen menos. Pero también es importante decir que en los casos que no se puede dar de mamar por suerte existen las leches maternizadas que están hechas para el aporte nutricional que necesita un bebé de acuerdo a su edad.

¿Hasta los cuántos meses es necesario dar de mamar a un bebé?

La OMS recomienda lactancia exclusiva los primeros 6 meses. Eso significa que el bebé solo necesita la leche de su mamá, ni agua, ni yuyos, ni tectitos, que muchas veces pueden intoxicar a los bebés. Y luego de los 6 meses se incorporan de a poco alimentos pero la lactancia sigue siendo importante y se recomienda por lo menos hasta los dos años. Algunos llegan a más tiempo, otros abandonan antes de los dos años.

¿Luego de ese tiempo el bebé empieza a incorporar menos nutrientes?

No, la leche se va adecuando a la necesidad de cada niño, la leche materna tiene muchísimos beneficios siempre y durante el crecimiento del niño, va cambiando incluso cuando los bebés nacen prematuros, el cuerpo adecúa la leche a la necesidad de ese bebé con más nutrientes.

¿Qué métodos son recomendables para sacarle la teta al bebé?

Siempre se recomienda destetar de a poco reduciendo las tomas

con paciencia y sin apuros porque la teta para un niño no es solo su alimento, también es un vínculo de apego con su mamá, y deberíamos tener paciencia para que el niño de a poco pueda dejarla sin que sea traumático.

¿Por qué algunas mujeres tienen más y otras menos leche?

Porque cada cuerpo es diferente, y en la lactancia influyen muchas cosas. Por ejemplo, un bebé que tiene libre demanda (o sea que toma leche las veces que quiera) normalmente va a conseguir más leche porque mientras más succión, más leche se produce.

¿Cómo se puede fomentar la producción de leche?

Aumentando la succión del bebé y la ingesta de líquido de la madre y tratando de generar un ambiente tranquilo donde esa mamá no esté nerviosa o estresada o muy cansada, en eso la familia tiene mucho para aportar.

¿Dónde se puede donar leche materna y cómo es el proceso? P

Para donar leche materna hay que ponerse en contacto con el Hospital Lagomaggiore que es el único en la provincia que tiene banco de leche humana. Se realiza un estudio de sangre para saber que la mamá está en buenas condiciones y después pasar a recolectar la leche para que la mamá no tenga que trasladarse. Es un gran trabajo que realiza el banco de leche.

Banco de Leche Humana de Mendoza, Hospital Luis Lagomaggiore

Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes, Gobierno de Mendoza

Domicilio: Timoteo Gordillo 100, Mendoza

Teléfonos: [2613854611](tel:2613854611) / [3854752](tel:3854752)

E-mail: udonantes@gmail.com

Facebook: www.facebook.com/bancodeleche.mendoza