



# Signos de una buena toma

**Un buen agarre es la clave para una buena toma.**

**Independientemente de la posición en la que sostengas a tu bebé, el agarre sigue siendo el mismo.**

## Signos de un buen agarre

- El bebé tiene un agarre profundo con un ángulo en el que los labios tocan al pecho en al menos 140°.
- Los labios están evertidos.
- La boca debe estar llena con el pezón y con tanta areola como pueda. Más areola de la parte de inferior que de la superior (agarre asimétrico).
- Estás cómoda a lo largo de la toma. Puede que haya algo de dolor en el agarre pero se resuelve rápidamente.
- Hay movimiento en las sienes del bebé al succionar y la mandíbula se mueve hacia arriba y hacia abajo una pulgada o más (2,5 cm).
- Hay un ligero movimiento del pecho cerca de los labios del bebé.



## Signos de una buena toma

- Escuchar tragar al menos una de cada tres succiones una vez que baja la leche. Ver leche en la boca del bebé.
- Succión consistente con pausas breves.
- Los pechos están más blandos tras las tomas.
- Micciones y deposiciones adecuadas para la edad (1 pañal mojado el día 1, 2 pañales mojados el día 2, 3 pañales mojados el día 3, 6 pañales mojados el día 4 en adelante, y varias deposiciones cada día).
- Sentir una succión fuerte, profunda y tirante sin dolor agudo.
- Gotear del otro pecho o sentir el reflejo de eyección o notar un cambio en el ritmo de succión del bebé de más rápido a más lento.
- Succión vigorosa al pecho.
- Tu bebé amamanta 8 veces o más al día (en 24 horas).
- Tu bebé se agarra fácilmente con intentos mínimos y permanece enganchado.
- Pérdida de peso mínima durante los primeros días (<10% del peso del nacimiento) y volver al peso del nacimiento sobre las 2 semanas.

La información proporcionada está destinada únicamente a fines educativos e informativos generales. Ni pretende ni implica ser un sustituto del consejo médico profesional. Busque siempre el consejo de su profesional de la salud de referencia para cualquier pregunta que pueda tener sobre su condición médica o la de su bebé. Nunca ignore el consejo médico profesional ni demore buscarlo debido a algo que haya leído en este folleto. Siéntase libre de duplicar según la licencia de creative commons CC BY-ND.