



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.