



LACTÀNCIA MATERNA

Especialista: Mireia Balcells

Una mare és qui decideix el tipus d'alimentació per al seu nadó, si vol fer lactància materna exclusiva, artificial o mixta. L'assessora en lactància acompanya la seva decisió, li ofereix informació i recolzament emocional durant l'etapa de la maternitat buscant la millor fórmula per a cada persona segons les seves necessitats personals.

Acompanyem el procés de maternitat: durant l'embaràs, el part, l'inici i establiment de la lactància materna i el deslletament. Ho fem així:

- Exploració del nadó (reflexes, anquiloglossia, succió, posició...).
- Valoració de les possibles alteracions que dificulten la lactància materna (mastitis, obstruccions, clivelles, mugrons invertits...).
- Valoració de nadons amb dificultats per lactar i/o deglutir (prematuritat, patologia neurològica, síndromes...).
- Fomentar una tècnica de lactància eficaç.

SIGNES D'ALLETAMENT ADEQUAT:

Posició mare-nadó:

- mare relaxada i còmoda
- nadó contacte amb la mare
- cap/cos nadó alineats amb pit de la mare
- barbeta del nadó toca el pit
- cos nadó ben subjectat
- nadó s'acosta al pit amb el nas davant mugró
- contacte visual mare-nadó

Lactant:

- hiperextensió cervical
- boca ben oberta
- llavis superiors i inferiors evertits
- llengua rodeja mugró i arèola
- galtes plenes i arrodonides en l'alletament
- arèola és visible per sobre del llavi superior
- moviments de succió lents i profunds, amb pauses
- es pot veure o escoltar com empassa el nadó

Signes transferència eficaç de llet:

- humitat al voltant boca nadó
- nadó relaxa progressivament braços i cames
- el pit es va fent tou progressivament
- surt llet de l'altre pit
- mare nota signes de reflex d'ejecció de llet (set, somnolència, contraccions uterines...)
- nadó deixa anar espontàniament el pit quan acaba la presa

SIGNES D'ALLETAMENT AMB DIFICULTATS:

Posició mare-nadó:

- espatlles tenses inclinades cap al nadó
- nadó lluny del cos de la mare
- cap i coll del nadó girats de costat
- barbeta nadó no toca el pit
- només se subjecten el cap i coll del nadó
- nadó s'acosta al pit només amb llavi inferior i barbeta
- no hi ha contacte visual mare-nadó

Lactant:

- no fa hiperextensió cervical
- obre poc la boca
- llavis premuts o invertits
- la llengua no és visible quan busca el pit
- xucla les galtes durant l'alletament
- més arèola visible per sota llavi inferior
- moviments de succió superficials i ràpids
- se senten sorolls mentre pren pit (espetecs, xarrupades)
- s'adorm de seguida
- no hi ha contacte visual mare-nadó

Signes transferència eficaç de llet:

- nadó intranquil, exigent, agafa i deixa anar el pit intermitentment
- mare sent dolor o molèsties al pit o mugró
- pit envermellit, inflat i/o adolorit
- mare no té signes de reflex ejecció (set, somnolència, contraccions uterines...)
- mare ha de retirar nadó del pit