



Información para familias lactantes

# Posicionamiento y enganche: enganche dirigido por el bebé

La forma en que sostienes al bebé y cómo él se engancha al pecho son las claves para una alimentación cómoda para ti y una alimentación completa para tu bebé. La posición y el agarre correctos pueden prevenir muchos de los problemas comunes que enfrentan las madres cuando comienzan a amamantar.

El enganche dirigido por el bebé es bueno para la primera alimentación y para todas las posteriores cuando el bebé está despierto y dispuesto a participar.

## Ponte cómodo

Elige una cama o un sofá donde puedas recostarte hasta la mitad o más, lo que te resulte más cómodo.

## Posiciona a tu bebé

Coloca al bebé entre tus pechos y permite que se despierte en contacto piel con piel. Sostener a tu recién nacido piel con piel es una de las mejores maneras de facilitar la lactancia.

## Sé paciente

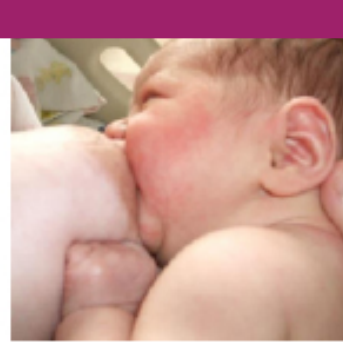
¡Tu bebé se dará cuenta gradualmente de que hay alimento cerca! El bebé comenzará a moverse lentamente hacia el pecho. Ofrece apoyo y ayúdalo un poco si te parece necesario, pero evita dirigir al bebé. Localizará el pezón y se enganchará con una ayuda mínima por tu parte. Deja que sea tu bebé el que guíe el camino.

## Importancia del contacto piel con piel

A los bebés les suele ir mejor con el contacto directo piel con piel. No solo les mantiene calientes, sino que los olores y la sensación del pecho les alientan a ubicar el pecho y comenzar a mamar.



Esta bebé localizó el pecho  
y se enganchó ella sola.



La información proporcionada está destinada únicamente para fines educativos e informativos generales. No pretende ni implica ser un sustituto del consejo médico profesional. Siempre busca el consejo de tu proveedor de atención médica para cualquier pregunta que puedas tener con respecto a tu condición médica o la de tu bebé. Nunca ignores el consejo médico profesional ni te demores en buscarlo debido a algo que hayas recibido en esta información. Siéntete libre de duplicar por licencia creative commons CC BY-ND. Recursos educativos sobre lactancia 2022