

# Técnicas de amamantamiento

## 1. Técnicas en posición sentada...

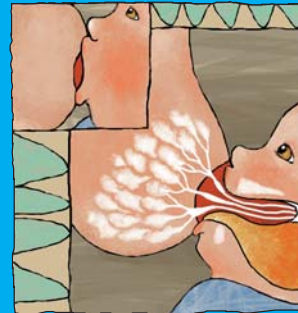
a. Siéntese con la espalda apoyada. Ofrezca el pecho sosteniéndolo con la mano en posición "C" (cuatro dedos por debajo y el pulgar por sobre la areola). Toque el labio inferior del niño con el pezón hasta que abra grande la boca.



b. Con el brazo que sostiene al niño atráigalo hacia usted verificando que el pezón y la areola queden cubiertos por la boca y que nariz y mentón toquen el pecho. El cuerpo del niño queda enfrente de ella (guatita con guatita).



c. Con el brazo que sostiene al niño atráigalo hacia usted verificando que el pezón y la areola queden cubiertos por la boca y que nariz y mentón toquen el pecho. El cuerpo del niño queda enfrente de ella (guatita con guatita).



d. Deje que el niño termine solo la mamada, pero si necesita sacarlo antes, introduzca un dedo en la comisura labial del niño hasta las encías, cuando abra la boca retírelo del pecho.



## 2. Otras técnicas...



a. **POSICIÓN DE CABALLITO**  
Siente al niño sobre su pierna mirándolo de frente con el antebrazo afirmele la espalda y con los dedos de su mano sosténgale la cabeza. Con la mano libre y en "C" ofrézcale el pecho.



b. **MADRE ACOSTADA**  
Apoye su cabeza sobre una almohada doblada, recueste al niño sobre su brazo frente a usted (guatita con guatita) con la mano libre ofrezca el pecho.



c. **MADRE CON GEMELOS**  
La mamá que tiene gemelos también puede alimentarlos en forma exclusiva y lo mejor es darle a los dos al mismo tiempo.



d. **EXTRACCIÓN MANUAL DE LECHE**  
Si no está siempre con su niño, déjete su leche. Para sacarla masajée el pecho; luego, con los dedos abiertos por detrás de la areola, comprima hacia las costillas y después presione la areola hacia el pezón.

Una buena técnica de amamantamiento la hará gozar de una lactancia exitosa.

unicef 

