

Amamantar no sólo cumple la función de alimentar a tu bebe, también de contenerlo.

Está junto a ti por 37-40 semanas de gestación, donde escucha tu voz, se siente calentito, contenido dentro de su bolsita y tranquilo escuchando tus latidos. Por lo tanto la forma que tiene de sentirse una vez más contenido y seguro, al nacer, es un tu pecho o en contacto piel a piel contigo (o tu pareja).

Tu bebé no entiende lo que hablamos, ni sabe que lo estas cuidando y vigilando si le dejas en la cama, cuna o coche, por eso requiere de un proceso de **EXTEROGESTACIÓN**: gestarlo fuera del útero, pero no fuera de la madre, sino en brazos, contenido, con amor y seguro.

Nils Bergman, pediatra neonatólogo, investigador de la neurociencia perinatal asevera:

"La lactancia materna contiene nutrientes que satisfacen las necesidades del cuerpo y el cerebro, pero hay más. El cerebro es un «órgano social», por lo que la lactancia materna alimenta la sociabilidad del cerebro. Lo hace a muchos niveles, comenzando con experiencias sensoriales puras de una manera que hacen que los circuitos en el cerebro se formen y funcionen. El proceso establece en el bebé una actitud de confianza básica ante la vida, basado en el hecho de que su madre siempre satisface sus necesidades".



Es importante tener en cuenta que:

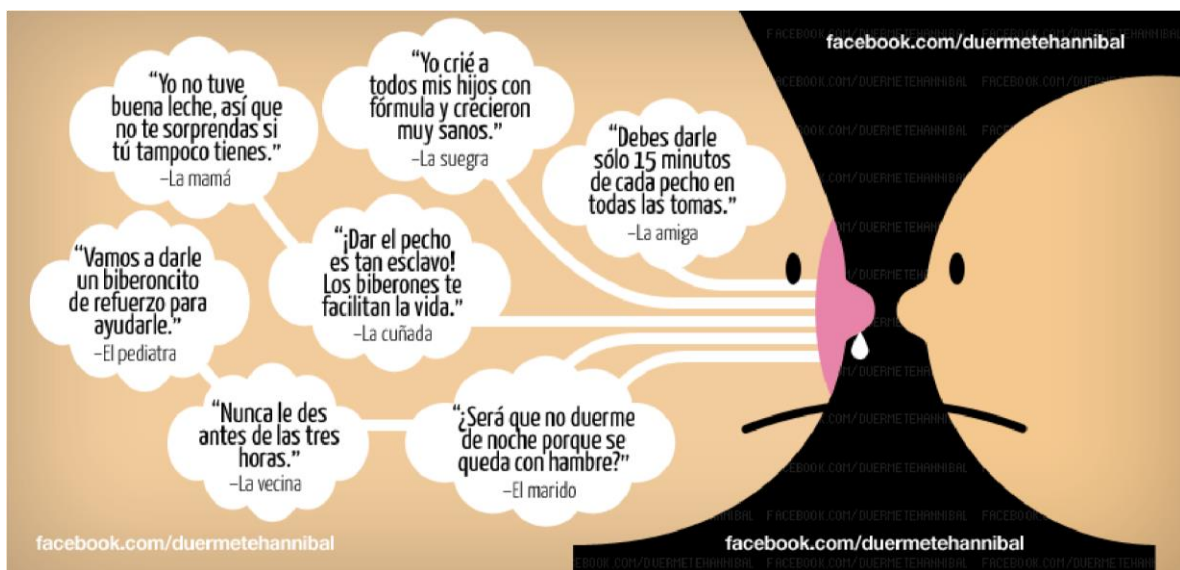
- Por primera vez, tu bebé se alimentará por la boca, tras el nacimiento, si bien tienen reflejos que les ayudan a este proceso:
- Es un aprendizaje tanto para ti como madre como para él o ella.

- Si tienes las herramientas y apoyo podrías llevarlo a cabo de forma segura, informada y contenida.
- La lactancia no debe vivirse con dolor o sufrimiento.

Los bebés que están en constante piel a piel, contenidos están generando su desarrollo en un ambiente de oxitocina, que es un ambiente favorable para que sus procesos y conexiones neuronales alcancen su máximo potencial.

Una mamá tranquila (con conocimientos y red de apoyo), que confía en ella (en su cuerpo y con herramientas para superar obstáculos) puede entregar un ambiente favorable de oxitocina para que esto ocurra.

En torno a la lactancia y cuidados iniciales del recién nacido hay muchos mitos pero favorablemente hay instancias para tener información de profesionales capacitados en el tema.



Si ocurren eventualidades, como parto prematuro, alguna condición en la madre que no permita la lactancia, hospitalizaciones, etc. Es importante saber que si se puede instaurar la lactancia luego, se puede generar leche y relactar o brindar los beneficios de la leche materna vía mamadera, llamado lactancia diferida.

Tanto en un nacimiento por cesárea o por parto vaginal, al salir la placenta, ya no se producen hormonas que bloqueaban la salida de la leche, por lo tanto estará el ambiente

favorable para que se produzca el calostro y salga. Acá se derriba el primer mito: cuando los bebés nacen por cesárea no baja la leche... pero hay otros motivos que influyen en la salida del calostro o bajada de leche...hay estímulos y hay inhibidores, te gustaría saber más? ¿Qué más se necesita?

Te dejo invitada a tomar la asesoría de lactancia durante la gestación y los 4 talleres "Bienvenida maternidad" que te brindaran información y herramientas para tu maternidad.
Con Cariño, Makarena Bizama Fuentes.

Matrona, asesora de lactancia y diplomada en salud sexual y reproductiva de la mujer en su ciclo vital del equipo CRAM.