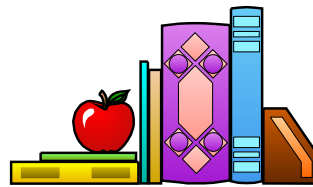


La Segunda Noche Del Bebé



Ya pasaron las primeras 24 horas de ser una nueva mamá. Tal vez tienes otros niños, pero eres madre otra vez... y esta es la segunda noche del bebé.

De repente tu pequeño descubre que ya no está en el cálido y confortable- aunque un poco apretado -vientre donde había pasado los últimos 8 ½ ó 9 meses- y ¡está asustado aquí afuera! Ya no escucha los familiares latidos de tu corazón, el latir de las arterias de la placenta, el tranquilo sonido de tus pulmones o el confortable ruido de tus intestinos. En lugar de eso, está en una cuna, envuelto en un pañal, un camisetita, un gorrito y una manta. Toda clase de gente lo está tocando, y todavía no se ha acostumbrado a los nuevos ruidos, luces, sonidos y olores. Pero él ha descubierto algo, y es su voz...y te das cuenta que cada vez que lo despegas del seno donde está tan confortable hasta el punto de quedarse dormido, y lo pones en su cunita – él protesta, y bien duro.

En realidad, cada vez que lo tomas de nuevo a tu seno él amamanta por un ratito y se vuelve a dormir. Al quitarlo otra vez y ponerlo en la cuna – el llora otra vez... y comienza a moverse, buscándote. Esto se repite- de manera similar por horas. Muchas madres están convencidas de que se debe a que su leche no ha bajado y que el bebé está muriendo de hambre. Sin embargo, no es eso, sino que el bebé de repente se ha dado cuenta de que el más cómodo y confortable lugar para él es el pecho. Es lo más cercano a “casa” que el puede encontrar. Parece ser que esto pasa a todos los bebés a nivel universal- los consultores de lactancia de todo el mundo han notado la misma cosa.

Así que, ¿qué debes hacer? Cuando él se quede recién dormido en el seno después de una buena comida, rompe la succión y saca tu pezón suavemente de su boca. No lo muevas a no ser para colocar su cabeza más cómodamente en tu pecho. No quieras hacerlo eructar – solo acurrúcalo hasta que esté en un sueño tan profundo donde el moverlo no lo moleste. Los bebés primero van a un nivel ligero de sueño (REM), y luego forman un ciclo donde entran y salen de REM al sueño profundo como cada ½ hora. Si él empieza a removerse y actúa como que busca el pecho, está bien... es la forma como él se acomoda y conforta.

Otro buen consejo...sus manos eran sus mejores amigas en el útero...el podía chuparse el pulgar o sus dedos en cualquier momento cuando era molestado o se sentía incomodo. Y de repente ¡le toman sus manos, se las alejan y le ponen guantes en ellas! No hay modo de calmarse él mismo con guantes en sus manos. Los bebés necesitan tocar- para sentir- y aún su toque en tus senos aumentará tus niveles de oxitocín ¡lo cual ayudará a aumentar tu provisión de leche! Así que quítale los guantes y afloja la manta para que él pueda llegar hasta sus manos. Puede que se rasguñe pero se sanará rápidamente – después de todo, él tenía uñas cuando estaba dentro de tí, y ¡nadie le puso guantes en ese entonces!

Además, cabe mencionar- es posible que esto pase de vez en cuando en la casa también, particularmente si has cambiado su ambiente así como ir al doctor, a la iglesia, de tiendas, o a donde los abuelos. No dejes que eso te desanime- a veces los bebés solo necesitan ser extra acurrucados en tu pecho, por que para tu bebé el pecho es “casa”.

© 2015 Lactation Education Consultants
May be copied and distributed freely. May not be sold

Translation by Mercedes Heredia

