



COM SABER SI EL BEBÈ ESTÀ REBENT PROU LLET

Qualsevol mare se sent ansiosa i es preocupa de què el seu bebè rebi suficient llet i, ja que els pits no tenen marques per veure quants mil·lilitres de llet rep el bebè, hem de buscar altres senyals que ens mostrin que el bebè rep suficient llet: augment de pes i bolquers mullats i bruts.

També s'ha d'assegurar de què el bebè estigui alerta i content. Els bebès molts dormilegues o que es mostren molt letàrgics poden necessitar ser vistos pel metge per assegurar-se de que no es deshidraten per manca de temps al pit.

Típicament, durant els primers dies, mentre el nadó està rebent el calostre, mullarà només un o dos bolquers diaris.

Un cop que la llet "pugi", generalment al tercer o quart dia, el bebè començarà a mullar de 5 - 6 bolquers (6 - 8 bolquers de roba) cada 24 hores. La majoria dels bebès d'aquesta edat solen tenir al menys 2 - 5 deposicions diàries durant les primeres setmanes. Un bebè més gran de dos mesos pot tenir menys deposicions i, fins i tot, passar diversos dies sense defecar. Sempre i quan el bebè estigui augmentant bé de pes i mullant bolquers, està rebent el que necessita.

Després del període de nounat, alguns bebès alletats tenen deposicions molt infreqüents. Això no és causa d'alarma. Només significa que el sistema digestiu del bebè és molt eficient i que processa tan bé la llet materna que queden molt pocs excrements sòlids. Els nens alletats exclusivament no pateixen restrenyiment; quan aquests bebès a la fi evacuen, el producte és molt tou, igual que el de qualsevol altre bebè alletat. Tot i així és una bona idea fer esment de les deposicions infreqüents al metge del bebè, ja que en casos rars poden estar associades a algun problema de salut.

Del naixement als 4 mesos un bebè que només pren pit típicament augmentarà entre 113 - 226 grams per setmana. Dels 4 als 6 mesos el bebè augmentarà entre 85 - 142 gr. per setmana. Dels 6 als 12 mesos el bebè augmentarà entre 42 - 85 gr. per setmana. Aquests són valors aproximats, indicatius, que poden variar molt d'un bebè a un altre.

© La Leche League International. Tots els drets reservats.

Consultes i informació: www.lalligadelallet.org Correu: consultes@lalligadelallet.org

Les monitores de La Lliga de la Llet són mares voluntàries amb experiència i formació en alletament matern, que atenen els telèfons en la mesura que ho permet el seu horari familiar i laboral. Trobeu a la web la monitora més propera.