



El paper del pare del nadó alletat

El nadó que té una relació afectuosa i propera amb ambdós pares és molt afortunat. Als nens els cal molt de contacte físic i quan no estan al pit, els braços del pare són un lloc meravellós per estar-s'hi.

La televisió molt sovint mostra que l'única forma que un pare tingui un vincle amb el seu fill és alimentant-lo amb un biberó. Però no és l'alimentació en sí el que dona com a resultat el vincle mare-fill, sinó el contacte físic proper, que és part de la relació de l'alletament. A un pare no li cal donar un biberó per formar un vincle d'amor; en canvi, sí que ha d'invertir temps portant-lo a coll, jugant, i relacionant-se amb el seu fill.

El pare pot desenvolupar una relació excel·lent, fins i tot amb el nadó que sembla que li cal mamar molt sovint. Intenteu posar al nadó sobre el pit del pare després d'alletar-lo. Gronxar al nadó sobre l'espatlla agrada molt als nens. Molts pares gaudeixen mostrant-li al nen el món tan gran on vivim. Les coses més senzilles poden cridar l'atenció del nadó. De l'interior de les habitacions fins la part superior de les portes. Hi ha moltes formes en què el pare pot estar involucrat que van més enllà de canviar bolquers, banyar-lo i calmar-lo quan està neguitós. Sigueu creatius! Però, més que res, reconegueu que als nadons els cal una mare i un pare, no tan sols l'un o l'altre. Respondre al nadó és una de les maneres més importants d'ajudar al nadó a desenvolupar l'afecte als seus pares. Al nadó li cal saber que ambdós pares respectaran les seves necessitats. El pare ha de portar el nadó a la seva mare quan vegi que vol mamar. El vincle amb el pare s'enforteix quan el vincle entre mare i fill és estable i segur.

El suport del pare del nen pot ser un element vital per l'èxit de l'alletament. El pare pot animar la mare, protegir-la dels comentaris negatius per part de familiars o amiguets, ajudar a calmar al nadó que està neguitós, portar-li a la mare alguna cosa per menjar o beure quan està alletant i recordar-li que donar el pit és una de les coses més importants que ella pot fer perquè el seu nadó tingui el millor començament a la vida.

Sobre tot durant les primeres setmanes, quan la manca de son i els canvis hormonals fan que la mare dubti de la seva habilitat per alletar, un pare que fa el suggeriment de tornar-ho a intentar o que li recorda a la seva companya que els nadons comencen a espaiar les seves preses a partir de la tercera setmana, pot ser un ajut molt gran. Un pare que porta coixins per ajudar a la col·locació al pit del nou nat, o que li acosta el telèfon perquè la mare pugui trucar a la Lliga de la Llet, en realitat està ajudant a alimentar al seu fill.

Hi ha ocasions en què el pare pot sentir-se desanimat si no coneix cap altra parella que estigui alletant. Si el grup local de la Lliga de la Llet ofereix reunions obertes a pares, aquesta és una bona manera de que els pares es coneguin i comparteixin els seus dilemes i aprenguin com ho fan els altres per superar aquests reptes. A les reunions també es pot veure el bé que creixen i maduren els nadons alletats.

L'alletament és tan sols una petita part de la cura total que li cal al nadó. El pare pot fer moltes altres coses: banyar-lo, canviar-li els bolquers, fer-li fer el rotet, calmar-lo durant els períodes de plor i, per descomptat, jugar.

Al pare ja li tocarà alimentar el seu nadó amb la introducció d'aliments complementaris al voltant de la meitat del primer any. De fet, el nadó pot acceptar millor els altres aliments si els ofereix el pare, ja que associa la mare amb l'alletament.

El paper del pare, sobre tot durant els primers mesos, és primordialment un recolzament i tenir cura de la mare perquè ella pugui realitzar la funció natural de nodrir el nen amb el pit. La relació del pare amb els fills grans es fa encara més important. Pot ser un gran ajut per la mare que el pare porti els germans grans al parc o que els banyi, etc. El pare també pot preparar el menjar i realitzar les tasques domèstiques. El que cal recordar és que la mare i el nadó necessiten estar propers de forma continuada. Això se li pot fer difícil d'acceptar al pare durant els primers mesos, però la recompensa arriba. Al cap de no massa temps es veu com aquest període d'espera ha valgut la pena, quan el pare orgullós rep els beneficis de ser el pare d'un nadó fort i feliç.

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