



## ALLETAR UNA CRIATURA AMB SÍNDROME DE DOWN

L'alletament matern ofereix avantatges físiques especials al nadó amb síndrome de Down i pot impulsar l'apropament entre mare i fill.

Entre els beneficis especials de l'alletament matern trobem els següents:

- Protecció contra infeccions i problemes de l'intestí gros.
- Millor coordinació entre la boca i la llengua.
- Més estimulació deguda al contacte pell amb pell pròpia de l'alletament.
- Millora el vincle afectiu entre la mare i el nadó.

Si el nadó no pot prendre aliments per via oral, és possible que malgrat tot pugui prendre calostre i llet materna, que són aliments naturals complets que es paeixen fàcilment i són menys irritants que la llet artificial.

Les primeres sessions d'alletament volen sempre temps i paciència, sovint són d'aprenentatge per ambdues parts. Es pot gaudir del contacte proper del nadó i esperar que al començament tan sols llepi el mugró o se'l posi a la boca. S'ha de tenir en compte que si no pren prou llet pot ser alimentat més tard per algun altre mitjà.

La privacitat i la tranquil·litat ajuden molt. Pot ser més fàcil si hi ha una persona de recolzament que ajudi a que mantingui el pit a dins de la boca. També pot estirar suaument de la barbeta de la criatura i obrir-li la boca mentre la mare el posa al pit i fa una pressió suau i contínua a la part de darrera del cap del nadó. Així es manté la criatura enganxada al pit sense que hagi de gastar moltes energies i manté el pit a la boca durant la presa.

La majoria de nadons amb la SD tenen un baix to muscular. Això pot fer que tingui dificultat per agafar el mugró amb la llengua quan mama i la llet pot sortir pels costats de la boca en lloc d'entrar per la gola. Així és possible que la mare hagi de dedicar més temps per realitzar les preses.

També és normal que el nadó tingui més son del compte durant les primeres setmanes i es cansi i s'adormi ràpidament. Per compensar aquest fet podem:

- Interessar al nadó fent preses freqüents al llarg del dia.
- Despertar al nadó totalment abans de donar-li el pit.
- Acaronar-lo molt per estimular-lo.

Els nadons amb la SD poden tenir tendència a ennuegar-se amb més facilitat que els altres nadons degut al baix to muscular. Si és aquest el cas es pot intentar donar-li el pit en aquestes posicions:

- Amb un coixí extra sota el nadó, la mare es pot inclinar una mica més enrera fent que el pit apunti lleugerament cap a munt.
- Asseguda a un lloc baix amb els peus a un coixí o tamboret fent que els genolls quedin aixecats cap el pit.
- Estirada de costat amb una tovallola gran doblegada sota el nadó fent que la cara de la criatura quedi lleugerament en angle i el mugró de la mare apunti cap a munt.
- Qualsevol mètode que faci que el mugró apunti cap a munt i la llet surti en contra de la gravetat fent així que es noti menys el reflex d'ejecció i la llet surti més a poc a poc.

Com en tots els nadons, cal assegurar-se que el nadó agafa el pit amb la boca ben oberta, pressionant si cal la mandíbula cap avall.

Consultes i informació: [www.laligadelallet.org](http://www.laligadelallet.org) Correu: [consultes@laligadelallet.org](mailto: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.

Si a la mare li fan mal els mugrons o té clivelles pot ser degut a que el nadó empenyi amb la llengua cap a munt en lloc de mantenir-la cap avall mentre es posa al pit. Hi ha un exercici que pot ajudar:

*Empènyer amb la llengua cap avall i enfora:*

- La mare posa el dit índex (net i amb l'ungla retallada) a la boca del nadó amb el capciró del dit amunt i amb l'ungla pressionant suaument la llengua.
- Deixa el dit així durant uns trenta segons perquè el nen el succioni.
- Dóna la volta al dit a poc a poc fins que el capciró descansi sobre la llengua, pressiona mica en mica cap avall i ves enretirant el dit de mica en mica.
- Repeteix l'exercici diverses vegades abans d'oferir el pit.

Si als dos o tres dies aquest exercici no dóna resultat, ens pots consultar altres exercicis o mètodes per millorar la succió.

*També pot ser necessari aguantar la mandíbula i la barbeta perquè mami bé. Això es pot aconseguir:*

- Aguantant el pit amb els dits polze i els altres 4 dits en forma de C (amb el polze per la part de sobre)
- Fes lliscar la mà que aguanta el pit cap endavant fins que quedin tan sols tres dits sota el pit en lloc de quatre. Ara els dits polze i índex queden lliures.
- Doblega suaument el dit índex perquè agafi suaument la galta del nadó per un costat alhora que amb el polze s'agafa l'altra galta.
- El dit índex i polze formen una U a la part inferior de la qual descansa la barbeta del nadó.

Conforme el nadó va creixent i millori el seu to muscular, aquest recolzament s'anirà fent més petit aguantant només la barbeta amb el dit índex, suport que pot ser necessari durant bastant de temps.

Si una criatura no mama bé o no mama prou temps pot no prendre suficient llet del final, que és més alta en calories, fent que no augmenti prou de pes. També és relativament comú que un nadó amb la SD augmenti lentament de pes malgrat tenir una alimentació adient.

Si la mare es treu la llet quan el nadó ha acabat de mamar, pot obtenir aquesta llet del final i donar-li amb un suplementador. Així s'estimula la producció de llet materna i a l'hora es millora la succió. També es pot donar aquest suplement amb tassa, cullera, comptagotes o xeringa d'alimentació.

Fer servir el biberó per donar el suplement durant el primer mes de vida pot donar lloc a la confusió de la succió i pot resultar difícil per a un nadó amb baix to muscular ja que es podria ennuegar.

Donar el pit a una criatura amb la SD pot ser un repte, però amb paciència i constància es pot arribar molt lluny. Quan el nen va creixent la lactància es va tornant més fàcil i durant aquest període el nadó gaudirà de tots els avantatges especials que brinda l'alletament.

## **SUBTÍTOL**

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXaercw4nvuwrvtiuv.