

En circunstancias normales, además de darle a su hijo un suplemento, está amamantando con gran frecuencia, practicando la compresión de la mama y sacándose leche. La leche que se pueda sacar la administra como suplemento, antes que la leche artificial, hasta que todos los suplementos son de leche materna. Al ganar peso, el niño mama más vigorosamente, por lo que también toma cada vez menos suplemento. En pocos días los suplementos, tanto de leche materna como artificial se han retirado por completo.

Si la madre ha llegado a sacarse tanta leche que el niño no se la toma toda podría sufrir una ingurgitación si dejase de sacarse de golpe. Es mejor abandonar gradualmente la extracción de leche en unos días.

Pero con frecuencia la situación está lejos de ser ideal: nadie le aconsejó dar el pecho con frecuencia o sacarse leche, y el niño mama cada vez menos y toma cada vez más leche artificial. Pero incluso cuando la lactancia ha sido interrumpida por completo es posible la relactación.

Hay que valorar, en primer lugar, si los suplementos fueron en su momento necesarios. Si en realidad la lactancia estaba funcionando perfectamente, es seguro que podrá volver a funcionar. Si existía un aumento insuficiente o pérdida de peso, que se corrigió con los suplementos, cabe la remota posibilidad de que no encontremos ante un caso de verdadera hipogalactia. Hemos visto casos en que los suplementos se han suprimido a la ligera y el peso se ha estancado durante semanas o meses, hasta que se reintroducen los suplementos o hasta que se inicia la alimentación complementaria.

Los suplementos no se pueden retirar sin método y sin control.

Cuando la cantidad de suplemento era pequeña, digamos uno o dos biberones al día de 60 o 90 ml, habitualmente pueden suprimirse de golpe, tras aconsejar a la madre sobre la posición correcta y la lactancia a demanda, controlando el peso en dos o tres días y luego con la frecuencia que se juzgue conveniente, hasta haber comprobado que el lactante engorda adecuadamente con lactancia materna exclusiva en un mes.

Si la cantidad de suplemento era mayor, será preciso retirarlo poco a poco, al tiempo que la madre se saca leche o practica la compresión de la mama durante las tomas (o ambas cosas, si el caso lo requiere y la madre tiene tiempo y ganas).

Si la madre tiene un sacaleches eléctrico, lo más rápido y cómodo suele ser sacarse de un lado mientras el niño mama de otro; así se aprovecha el reflejo de la oxitocina. Primero da el pecho A mientras se saca del B; a continuación le da al niño el pecho B (siempre queda algo) mientras se saca del A. Luego le da con vasito, cucharilla o cuentagotas, la leche que se acaba de sacar del pecho A (que es la del final, rica en calorías), y por último le da la leche inicial que se sacó del pecho B (así, si el niño no se la toma toda, la que sobra es la leche "aguada"). Si se saca la leche a mano o con un sacaleches manual, puede hacerlo antes, después o entre mamadas.

Una posible estrategia para retirar gradualmente los suplementos sería:

- Dar el primer pecho hasta que el niño lo suelta o hasta que obviamente ya no está mamando a pesar de la compresión mamaria.
- Dar el segundo pecho
- Si se está sacando leche, darle su propia leche

- Si el niño queda aparentemente satisfecho, no darle leche artificial.
- Si al cabo de poco, aunque solo sean 15 o 30 minutos, parece hambriento, volver a empezar con el pecho.
- Sólo se le da leche artificial si al acabar con el segundo pecho (y los suplementos de leche materna, en su caso) está quejándose de hambre. Pero entonces no se le da la misma cantidad que tomaba, sino mucho menos, digamos 30 o 60 ml. El objetivo no es que aguante cuatro horas, sino que vuelva a mamar dentro de una hora o dos.
- Mejor con vaso u otro medio, pero no hay que tenerle miedo al biberón. Total, ya ha tomado muchos. El objetivo no es que tome suplementos en vaso, sino que no tome suplementos. Para algunas madres o algunos niños el vaso resulta incómodo o desesperantemente lento, y sería mejor aprovechar ese tiempo para dar el pecho, para sacarse leche o para descansar.
- Si se acaba los 30 o 60 ml y sigue quejándose de hambre, se le dan 30 más y así sucesivamente hasta llegar si es preciso, a la cantidad de suplemento que estaba tomando en los días anteriores.

Es decir; si el niño de verdad tiene hambre, se le da toda la leche artificial que pida. No se trata de hacerle pasar hambre, ni queremos que pierda peso otra vez. Pero si aguanta con menos, se le da menos. De este modo, un niño que tomaba pecho y biberón cada cuatro horas es fácil que pase a tomar pecho cada hora y media o dos, y leche artificial cada cinco o seis horas. En unos pocos días es posible retirar la leche artificial por completo. Siempre, insistimos, con un estricto control de peso y un seguimiento suficiente, al menos un mes para comprobar que la lactancia se desarrolla sin problemas.

Al cabo de tres o cuatro días de iniciar el proceso, es posible que la madre note una subida de la leche, similar a la que se produce después del parto(es necesario advertírselo, pues hemos visto madres que han acudido a urgencias pensando que tenían mastitis).