

"¡Pero No Puedo Imaginarme Haciendo Esto!"

¿La lactancia le hace sentirse incómoda?

¡Usted no está sola! A continuación se presentan razones que algunas mujeres se espantan de hacerlo.

- "Tengo miedo de fallar."
- "Es mucho trabajo."
- "Se dice que es doloroso."
- "No me gusta la idea de un bebé tocando mis senos."
- "Es repugnante."
- "Mi vida está demasiado ocupada. Me abruma los quehaceres."



¡Oh esas sensaciones!

Sus sensaciones tocante la lactancia son poderosas y pueden influir sus decisiones. ¿Usted no nació con esas sensaciones pues, ¿cómo desarrollaron? Quizá es miedo de fallar o del desconocido. Puesto que usted creció en medio de una 'cultura de la fórmula,' la idea de dar el pecho se le puede parecer difícil o rara. ¡O, quizá le han dicho que los senos de una mujer son solamente para el dormitorio! ¡Quizá la idea de ofrecer el seno al bebé no le parece adecuado aunque usted ha oído que es bueno! Y por supuesto, ¿a quién le gusta el cambio? Mucha gente prefiere permanecer en su zona de la comodidad.

Sé que es lo mejor pero...

Usted sabe que su propia leche es lo mejor para su bebé. Pero, usted no puede imaginarse dando el pecho al bebé. Este conflicto interno puede crear la presión. Usted se siente mal porque quiere lo mejor para su bebé pero se siente que no podría hacer lo mejor. Una manera común de reaccionar es no hablar de ella.

¡Mamá, Relájese!

Es fácil entender porqué usted es inquieta sobre la lactancia. Es normal sentirse incómoda con algo nuevo. Tenga presente que sus sensaciones podrían cambiar. Los hechos no cambian con tiempo pero las sensaciones pueden cambiar de día en día. Usted quiere lo mejor para su bebé así que quede lista de aprender más sobre la lactancia. Más bien que botellar esas sensaciones adentro, hable con alguien que ha tenido éxito para descubrir como la lactancia es realmente. Mientras lo hace, sus sensaciones podrían cambiar. Pero si usted no está lista de aprender, ¿cómo podrían tener la oportunidad de cambiar sus sensaciones? Dése más tiempo. ¡Quizá sus sensaciones no cambiarán, pero quizá, sí!