



Rechazo del pecho. Huelga de lactancia



¿Qué es?

Es una situación en la que el niño no quiere tomar pecho. Aunque puede suceder en cualquier momento de la lactancia, es más frecuente alrededor de los 3 o 4 meses. Estas circunstancias suelen ser transitorias (generalmente duran de 2 a 5 días) pero generan preocupación a las madres y pueden llevar a un destete precoz.

¿Cuáles son los síntomas?

La forma de presentación es variable. Lo más habitual es que el niño tenga un rechazo al pecho desde el inicio de la toma, pero puede suceder en cualquier momento durante la misma. El bebé se muestra irritable, mueve la cabeza, llora e incluso puede apartar el pecho con la mano.

¿Qué tipos de rechazo hay?

Se diferencian dos tipos, según rechace ambos pechos (también denominado huelga de lactancia) o siempre el mismo.

Rechazo de ambos pechos. Huelga de lactancia

¿Por qué sucede?

Existen muchas situaciones que pueden provocar una huelga de lactancia. Las más frecuentes se resumen en la siguiente lista:

- **Síndrome de confusión:** secundario a la introducción de tetinas, biberón o chupetes.
- **Problemas en el niño:** dolor en la boca por erupción dentaria, obstrucción nasal, infecciones, distracciones frecuentes, aversión oral (rechazo por experiencias previas desagradables, como sondaje o aspiración de secreciones).
- **Problemas de la lactancia:** reflejo de eyección rápido o excesivamente lento (la leche tarda en salir, lo que obliga al niño a succionar unos minutos sin conseguir leche), descenso de producción...
- **Situaciones maternas:**
 - Cambios hormonales: menstruación, embarazo, uso de anticonceptivos...
 - Ingesta de ciertos fármacos o alimentos.
 - Estrés materno.
- **Otros:**
 - Cambios en el jabón, perfume, desodorante... que usa la madre.
 - Cambios en la rutina: vacaciones, visitas familiares, incorporación de la madre al trabajo, mudanzas. Separación prolongada de la madre.
 - Sobresaltos del bebé durante la toma por ruidos fuertes o por la reacción materna cuando le hace daño en el pezón.

¿Qué repercusión puede tener?

Si la madre considera que el origen del rechazo está en un descenso de la producción de leche o si lo percibe como un desprecio de su bebé hacia ella misma, se genera un cuadro de preocupación y tristeza que puede conducir al destete precoz.

¿Qué se puede hacer?

Es muy importante que la madre tenga confianza en sí misma y en su bebé: el niño sabe cómo engancharse y ella está capacitada para alimentarlo. Se ha de recordar siempre que suele tratarse de una situación pasajera.

Para asegurar una adecuada alimentación del niño, se le ofrecerá el pecho a demanda sin forzarlo. En caso de rechazo frontal al enganche, la madre debe sacarse la leche para mantener la producción y evitar la ingurgitación mamaria. Se ofrecerá esa leche al niño mediante una cuchara, un vaso, un suplementador o, en último término, mediante un biberón.

A continuación hay que tratar de volver a la situación previa. Para ello, si se identifica la causa se debe evitar o reducir. No obstante, puede ser necesario un tiempo para que las tomas vuelvan a ser como al principio. Es fundamental no forzar al niño, tener paciencia y tratar de mantener la calma

Otras medidas que se pueden adoptar son:

- Dar las tomas en un ambiente tranquilo, sin distracciones, a media luz y sin ruidos.
- Aumentar el contacto piel con piel sin obligarle a que agarre el pecho. Cogerlo, mecerlo, pasear con él * medidas para favorecer que el niño se sienta cómodo en el regazo de su madre, sin la presión de comer.
- Caminar con el bebé en brazos o con un portabebés. Permitir que el niño pueda agarrarse y mamar cuando desee.
- Ofrecer el pecho con el bebé adormecido o dormido, potenciando así la succión no nutritiva.
- No saltarse tomas para que coma con más hambre, sino que, al contrario, es conveniente ofrecerle el pecho sin esperar a que esté irritable y hambriento.
- Dormir cerca del bebé para responder pronto a su llamada.
- Adoptar la postura de crianza biológica o probar con posturas distintas a las habituales: posición de rugby, lateral...

Rechazo del mismo pecho

Sucede cuando el niño toma con normalidad de un pecho, pero se niega a mamar del otro.

¿Por qué sucede?

- *Problemas del pecho:* mastitis, problemas en el pezón.
- *Problemas que dificultan el agarre:* pezón plano o de gran tamaño, pecho demasiado ingurgitado, postura de lactancia incómoda para el niño.
- *Problemas que generen incomodidad o dolor en el niño al ponerle en cierta postura para la toma:* dolor de un oído, dolor tras la vacunación, fractura de clavícula...
- *Preferencias individuales.*

¿Qué puedo hacer?

Como sucede en la huelga de lactancia, se debe tratar de identificar la causa y solucionarla, y aplicar las pautas ya descritas. Además, se recomienda variar la postura y zona de apoyo, ofrecer el pecho rechazado en primer lugar y pasar al otro si no se consigue el agarre. Si estas medidas no funcionan, la madre tendrá que extraerse la leche para evitar la ingurgitación y evitar perder la producción de leche durante el tiempo que dure el proceso.

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/rechazo-pecho-huelga-lactancia>