



## A habituação ao biberão

Depois de semanas e até meses de amamentar em exclusivo o seu bebé, chegada do biberão de leite materno ou leite infantil é uma enorme alteração da nossa rotina. Como posso garantir que esta transição se faz sem sobressaltos?

<https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/a-habitacao-ao-biberao> <sup>[1]</sup>

[\\_ \[2\]](#) [\\_ \[3\]](#) [\\_ \[4\]](#)



## A habituação ao biberão

Depois de semanas e até meses de amamentar em exclusivo o seu bebé, chegada do biberão de leite materno ou leite infantil é uma enorme alteração da nossa rotina. Como posso garantir que esta transição se faz sem sobressaltos?

Quarta-feira, 27 de Abril de 2016

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Partilhar](#)

## Do peito ao biberão

Há que dizer a verdade: o primeiro biberão de leite nem sempre corre bem! O bebé pode chorar e rejeitar tudo o que não seja o seu peito. Se a amamentação tem estado a correr bem, a mãe poderá sentir-se ansiosa por causa desta **segunda "separação"** e ficar mais sensível e emocionada com a reação intensa do seu bebé. Muitas vezes o excesso de emoções resulta num mar de lágrimas. Isso deixa o pai compreensivo mas provavelmente confundido e atordoado com todo este novo stresse. O que pode fazer? Seja paciente, duplique a dose de amor, ajudem-se mutuamente e aprendam a lidar juntos com esta nova ferramenta, o biberão, que a partir de agora passa a ser um objeto sempre presente nas vossas vidas.

## A sucção do leite é completamente diferente na tetina

- Este facto, pouco conhecido, explica em parte as dificuldades que o bebé poderá encontrar. Para agarrar o peito, o seu bebé abre bem a boca para colocar o mamilo encostado à zona mole do céu-da-boca (palato mole). O bebé usa o maxilar para fazer pressão na zona inferior da aréola, ao mesmo tempo que achata a aréola e o mamilo com a língua para fazer sair o leite.
- **A sucção num biberão é completamente diferente deste processo dinâmico!** A tetina é muito mais dura e rígida e entra sem qualquer esforço na boca do bebé. O leite sai sozinho e o bebé não necessita de utilizar a língua ou o maxilar para fazer sair o leite.

Logicamente a **chegada do biberão à rotina diária do seu bebé é ao início no mínimo um pouco desestabilizadora**. Depois da intimidade partilhada com a mãe na amamentação e de semanas passadas em aprendizagem para se tornar numa perita em amamentação, vem agora pedir ao seu bebé que altere os seus hábitos. No entanto, o seu bebé simplesmente adora rotinas! Se o final da amamentação exige também a introdução de um leite infantil, o seu bebé também terá de habituar-se a um novo sabor do leite. Isto explica a sua relutância e até desagrado, que demonstra e manifesta através do choro.

## Não deixe o seu bebé na expectativa

Assim que o seu bebé dominar a "técnica" de beber o leite pelo biberão, como pode ajudá-lo a habituar-se a esta nova forma de se alimentar?

Em primeiro lugar, **deve falar com o seu bebé sobre o que vai mudar**. Explique-lhe com detalhe todas as mudanças que vão ocorrer e todas as novas experiências que ele vai descobrir.

Em segundo lugar, não hesite em partilhar **algum sentimento ou remorso que tenha** por ter de reduzir lentamente ou progressivamente a amamentação ao peito.

E em terceiro lugar, o pai, a tia, a sua amiga e a ama do bebé, todos vão poder ocupar o seu lugar e alimentar o seu bebé à vez. Depois de meses e meses em que eram apenas os dois, alternando mamadas, mudanças de fralda e passeios no carrinho, **não será maravilhoso ter algum tempo para si?**

## O primeiro biberão

Vai provavelmente sentir-se um pouco nervosa, o que é perfeitamente normal. Se o seu mais que tudo se recusar a tomar o biberão, peça ao pai ou a outra pessoa que lhe dê o biberão. Não entre em pânico. Ainda poderá ter de batalhar durante alguns dias mas ao fim de algum tempo o seu bebé vai acabar por desistir e acabará por aceitar beber o leite de uma vez pelo biberão.

Um conselho: **comece a dar o biberão com o leite materno**. Mesmo que o seu bebé estranhe não estar ao seu peito, o cheiro e a temperatura não serem iguais, pelo menos ainda vai ter o mesmo sabor. Se avançar e passar logo para o biberão de leite infantil, seja paciente e confie no seu pequenino que em breve vai apanhar-lhe o jeito e as suas papilas gustativas vão habituar-se ao novo sabor.

Os nossos conselhos para o primeiro biberão do bebé:

- Encontrem um lugar sossegado em que possam estar confortáveis.
- Ponha um babete ao bebé, agite o biberão e verifique se a temperatura do leite está boa, deixando cair umas gotas de leite na parte interior do seu pulso.
- Segure a cabeça do bebé com o seu antebraço e apoie o cotovelo no braço do sofá.
- Agarre o biberão a meio e incline-o de maneira a que a tetina esteja cheia de leite para que o seu bebé engula a menor quantidade de ar possível. Se for necessário alinhe a velocidade de saída do leite com a boca do bebé.
- Um sinal que o bebé está a succionar bem, é o aparecimento de pequenas bolhas de ar ao longo da parede do biberão. Se não for este o caso, experimente desapertar ligeiramente a argola que segura a tetina.
- No final do biberão coloque o seu bebé direito e ajude-o a arrotar.

## Todos os problemas têm uma solução

- O seu bebé está-se a engasgar com o leite e está a sair leite da sua boca enquanto toma o biberão? O leite está a sair muito depressa. Aperte a argola que segura a tetina e reduza a velocidade de saída do leite.
- O seu bebé está com dificuldade em extrair o leite? Experimente utilizar tetinas de borracha, que são mais suaves e flexíveis que as feitas de silicone.
- O seu bebé leva uma eternidade a tomar o biberão? Desaperte ligeiramente a argola que segura a tetina para que o leite saía um pouco mais depressa.
- Não consegue que o seu bebé arrote? Não se preocupe, mude a posição do bebé. Se não funcionar, tente ajudá-lo a arrotar a meio da refeição.

## Testemunho:

### Luísa, mãe de Matilde, de 6 meses (amamentada)

"Eu estava muito preocupada por começar a dar biberão, tanto por minha causa como pela minha filha. Para não alterar a rotina dela, nem a minha, tirei algum leite e dei-lhe o seu primeiro biberão com leite materno numa das refeições da tarde, ao mesmo tempo que lhe explicava que a partir de agora este seria

o seu lanche da tarde. No primeiro dia ela não gostou muito mas eu mantive o mesmo ritual toda a semana e ela acabou por aceitá-lo sem reclamar."

## **Paulo, pai do Hugo, 1 ano**

"A minha mulher deu de mamar durante três meses. Quinze dias antes de recomeçar a trabalhar, começámos a transição para o leite infantil. A pedido da minha mulher, e para grande alegria minha, eu dei-lhe o seu primeiro biberão. Para não distrair o bebé neste delicado momento, a minha mulher explicou ao nosso filho que o pai ia dar-lhe de comer e saiu para dar uma volta a pé. Depois de mais ou menos um quarto de hora a tentar, o meu filho e eu apanhámos-lhe o jeito perfeitamente."

[Ler mais](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origem:** <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/a-habituacao-ao-biberao>

### **Ligações**

[1] <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/a-habituacao-ao-biberao>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/a-habituacao-ao-biberao&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/shutterstock\\_60656599.jpg&description=habituação ao biberão](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/a-habituacao-ao-biberao&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/shutterstock_60656599.jpg&description=habituação%20ao%20biberão)

[3] <https://twitter.com/share?text=A%20habitua%C3%A7%C3%A3o%20ao%20biber%C3%A3o&url=https%3A//www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/a-habituacao-ao-biberao>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/a-habituacao-ao-biberao>

[5] <https://www.nestlebebe.pt/printpdf/7996>

[6] <https://www.nestlebebe.pt/javascript%3A%3B>