

---

## Vínculo y apego, ¿y si alimento a mi bebé con biberón?

Nacemos pequeños e indefensos. El recién nacido depende por completo de sus cuidadores para sobrevivir y satisfacer sus necesidades básicas: alimento, calor y protección.

Durante el primer año de vida, crecerá con rapidez. Su cerebro, muy inmaduro al nacer, se desarrollará condicionado en gran medida por las experiencias que viva.

El recién nacido no solo necesita alimento. Las vivencias son determinantes para su desarrollo emocional. [El apego](#) es la relación íntima y cálida que se establece entre el bebé y sus padres (madre inicialmente). Se construye día a día y permite al niño lograr su autorregulación afectiva, base de su futura autonomía.

La [lactancia materna](#) facilita una buena relación de apego entre el bebé y su madre. Cuando ella le ofrece el pecho, no solo le da alimento. También le proporciona consuelo y calor mientras le sostiene y le abraza. Y las hormonas de la lactancia que recibe, le dan tranquilidad, bienestar y le alivian el dolor. El [contacto con el cuerpo de la madre](#) le permite reconocer su olor, oír el latido de su corazón y mantenerse caliente. Estas sensaciones son muy parecidas a las que percibía en el vientre materno, y le dan confianza y seguridad.

Si alimentas a tu hijo [con biberón](#), es imprescindible elegir una fórmula infantil adecuada. Prepárala correctamente y dale la cantidad apropiada. Pero esto es solo el alimento y ya sabemos que el bebé necesita mucho más. Es muy importante reproducir el “escenario” de la lactancia natural para hacer fácil la estimulación e interacción necesarias para un desarrollo saludable.

Algunas sugerencias:

- Alimenta a demanda: aunque la leche artificial siempre tiene el mismo tiempo de digestión, los niños no son “relojes”. Ofrécele el biberón cuando manifieste señales de hambre. No le obligues a tomar a la fuerza si no lo termina. Prepárale un poco más si se queda insatisfecho.
- Dáselo siempre en brazos. Favorece todo lo posible el contacto piel con piel, especialmente en las primeras semanas.
- Cámbiale de lado en cada toma o incluso a mitad de la misma (como si le ofrecieras primero un pecho y luego otro).
- Es preferible que la madre sea quien dé el biberón. Si esto no es posible, intenta que sean solo dos o tres personas, siempre las mismas, quienes se ocupen de ello.
- Si la madre lo desea, puede ofrecer el pezón para consolar al bebé con su succión. Si no lo desea, puede utilizar un chupete con el niño sostenido en brazos.
- Dosis extra de contacto piel con piel, caricias, masaje, porteo... liberan en el bebé las mismas sustancias

beneficiosas que produce la lactancia materna.

- Deja de utilizar el biberón cuando el niño esté preparado para ello: con respeto y sin forzar.

### **Más información...**

- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [¿Qué es el apego bebés-padres?](#)
- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [Vínculo padres-bebés ¿En qué consiste?](#)

---

**Fecha de publicación:** 18-11-2015

**Autor/es:**

- [Celina Arana Cañedo-Argüelles](#). Pediatra. Centro de Salud "Paseo Imperial". Madrid
- [Ibone Olza Fernández](#). Psiquiatra infantil. Facultad de Medicina. Universidad de Alcalá. Alcalá de Henares (Madrid)

