

Título: Vale Caballero cuenta cómo organizó el destete de su hijo

La influencer confesó que quiso dejar de amamantar a los siete meses

# Vale Caballero cuenta cómo organizó el destete de su hijo

RENE VALENZUELA

“Sé que este tema puede ser un poquito controversial, hay muchas opiniones sobre la lactancia materna y cuántos meses hay que darle leche a tu bebé. Todos estamos de acuerdo que es oro, no hay nada mejor, pero por salud mental mía me la quise cortar”, confesó la influencer Valentina Caballero en un video en sus redes sociales (@valecaballero en TikTok, 4.500.000 seguidores) donde explica sus motivos para dejar de amamantar a Kai, su primer hijo de ocho meses, a los siete y cómo realizó un destete respetuoso durante un mes dejándolo con sólo leche en fórmula y alimentación complementaria. “Me costó bastante tomar la decisión. No estaba disfrutando el dar leche, que di durante siete meses. Mi meta era dar seis, y cuando llegué a eso ya completamente sentía que no lo estaba disfrutando, que no tenía tiempo para nada”, explica la también ingeniera comercial.

“Estoy todo el día en disposición de mi hijo, pero era darle leche, hacerlo dormir -que duerme a ratos- entonces cuando despierta juego con él, y así todo el día. Y sus tomas de leche eran largas porque se distrae mucho. Igual me daba miedo el juicio de la gente, porque es mal visto dejar la lactancia, pero lo hablé con mi familia, mis hermanas que son madres, mi terapeuta y la pediatra, y también me informé. Me di cuenta que me estaba afectando, que era mejor dejar de dar y estar más feliz con mi guagua, en vez de estar harta cuando toca”, sigue Valentina.

“Me daba miedo el juicio de la gente porque es mal visto dejar la lactancia”, admite. Lo conversó con su familia y especialistas.



Kai es su primer hijo y ya cumplió ocho meses.

¿Cómo ha reaccionado su guagua?

“Mi pediatra me dio una pastilla para cortar la leche. Hice el cambio durante un mes, disminuyendo de a poco las tomas. Como los primeros meses Kai no succionaba bien, estaba bajo de peso y tuve que hacer lactancia mixta con leche en fórmula. Eso me ayudó mucho a hacer el destete porque Kai tomó mami desde chico, y le encanta, lo que hizo todo más fácil. Se ha adaptado súper bien, lo veo feliz pero tengo claro que no todas las guaguas son iguales. Se la toma solito con sus manos. Me dio un poco más de libertad, puedo tener más ratitos libres y salir sin volver corriendo para darle leche, hacer mis cosas y mi marido le puede dar una”.

En su video decía que sufrió varias dificultades en la lactancia.

“La lactancia es algo que está bastante romantizado, y a mí me costó mucho en un principio. Cuando la empecé a disfrutar me encantó porque sentí una conexión muy grande con mi hijo. Y por el otro lado, el primer mes mi bebé tenía el frenillo lingual corto, que es algo muy común, no podía succionar bien entonces no me vaciaba la leche y se me congestionaban las pechugas todas las semanas, que se hacen unas pelotas duras y dolorosas y tenía que hacerme masajes

en la ducha. Así que me la sufrí mucho los dos primeros meses y terminé en el doctor. Le operé el frenillo y ahí pudo succionar bien, y ahí tuve una asesoría de lactancia con una fonoaudióloga y logré tener un buen acople. También tuve una mastitis (...) La lactancia es algo tan personal, cada mujer decide, algunas sufren mucho, a otras se les hace muy fácil”.

Andrea Von Hoveling, ginecóloga experta en maternidad (@dra.andreavon en Instagram) y fundadora de Ginecólogas Chile, destaca: “La lactancia materna tiene beneficios absolutamente probados y estudiados, que son indiscutibles. La Organización Mundial de la Salud recomienda lactancia materna hasta los dos años pero también dice que hasta que la madre y al niño le parezca razonable. Las leches en fórmula hoy son de buena calidad pero ninguna es capaz de imitar la leche materna, y qué tipo y frecuencia de estas se usan por indicaciones de profesionales de la salud. Pero, igual de importante que la lactancia materna es una madre que esté lo más sana y tranquila para poder desarrollar un vínculo sano con su hijo. También está estudiado que una madre tranquila también desarrolla un mejor vínculo con su hijo, eso va en directo beneficio”.