

Pezones Adoloridos

A pesar de que es normal sentir un poco de sensibilidad, amamantar no debe doler.

Síntomas

- Pezones adoloridos
- Pezones enrojecidos
- Pezones con ampollas, grietas, que sangran
- Pezones con dobleces o pliegues después de amamantar

Causas

- El bebé no agarra bien el pecho (la causa más común)
- Tener pezones planos o invertidos
- En la madre: dermatitis, eczema, otra infección
- En el bebé: lengua ligada, paladar anormal

Si el bebé agarra el pecho correctamente y la madre no siente alivio, debe buscar más ayuda.

Medidas para encontrar alivios

- Obtener ayuda para que el bebé
 - Boca bien abierta*
 - Labios abiertos y relajados*
 - Pezón en el fondo de la boca*
- Amamantar primero con el pecho que duele menos
- Dejar que los pezones se sequen al aire libre
- Expresar leche antes de amamantar
- Usar leche expresada o lanolina
- Almohadillas Hydrogel
- Preguntarle al doctor sobre el uso del ibuprofen

Si siente mucho dolor al amamantar, pídale a su especialista en la lactancia protectores para los pezones.

P_revención

- Que el bebé agarre bien el pecho
- Expresar leche antes de amamantar para suavizar el seno
- Usar un dedo al lado de la boca del bebé para interrumpir la succión cuando termina de alimentarlo

Fuente: Mohrbacher, Nancy, IBCLC, *The Breastfeeding Answer Book*. La Leche League International, 2005.



El programa WIC es un proveedor de igual oportunidad.



Esta publicación fue producida con el 100% de los fondos federales de USDA. Los costos asociados con esta publicación están disponibles en el programa WIC del Departamento de Salud y Bienestar de Idaho, 208.334.5948. 4465 - 06/16

www.wic.dhw.idaho.gov