

Mastitis



La mastitis es una inflamación o dolor en un pecho.

Signos y síntomas

- Bulto sensible en el pecho
- Síntomas similares a la gripe
 - Fiebre
 - Dolor
 - Náusea

Causas

- El bebé no agarra bien el pecho
- El bebé no se alimenta bien
- Sistema inmunológico debilitado
- Estrés
- Presión en el pecho

Comuníquese con su médico para analizar los síntomas y las opciones de tratamiento.

TÚ
PUEDES

Medidas para encontrar alivio

- Continuar amamantando del lado afectado
- Aplicar calor antes de dar pecho o de expresar
- Amamantar o extraer la leche con frecuencia
- Con los dedos, masajee con movimientos circulares firmes comenzando desde detrás del bulto y moviéndose hacia el pezón
- Darse una ducha con agua caliente
- Variar las posiciones para amamantar
- Descanar
- Beber suficientes líquidos

Prevención

- Seguir las medidas para encontrar alivio ya mencionadas
- Amamantar cuando el bebé quiera
- Disminuir su estrés

Video

- https://www.youtube.com/watch?v=HFVxinRNj_4

Visite www.womenshealth.gov/breastfeeding para obtener más información.



WIC es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.



IDAHO DEPARTMENT OF
HEALTH & WELFARE
DIVISION OF PUBLIC HEALTH



Forma 441S • Programa WIC de Idaho • 02/2021

wic.dhw.idaho.gov