

Conductos lácteos



Un conducto lácteo obstruido es un bulto sensible formado cuando la leche no se escurre correctamente.

Signos y síntomas

- Bulto o nudo duro en el pecho
- Sensibilidad
- Enrojecimiento
- Comienzo gradual
- Usualmente en un pecho

Causas

- El bebé no agarra bien el pecho
- El bebé no se alimenta bien
- Presión en el pecho—sostén apretado
- El uso de protectores en los pechos
- El cargador del bebé está apretado



Medidas para encontrar alivio

- Aplicar calor húmedo antes de amamantar o de extraer leche
- Masajear el bulto con los dedos en un movimiento circular firme comenzando desde detrás del bulto y moviéndose hacia el pezón
- Colocar la quijada del bebé en línea con el bulto al amamantar
- Vacíe el pecho amamantando mas frecuentemente
- Aflojar el sostén o ropa apretada

Prevención

- Amamantar cuando el bebé quiera
- Variar las posiciones para amamantar
- Que el bebé agarre bien el pecho
- Evitar usar el sostén, la ropa y el cargador del bebé apretados

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

**AGARRAR EL
PECHO ES CLAVE.
PODEMOS AYUDAR.**

*WIC es un proveedor que ofrece
igualdad de oportunidades.*



IDAHO DEPARTMENT OF
HEALTH & WELFARE
DIVISION OF PUBLIC HEALTH



Forma 444S • Programa WIC de Idaho • 02/2021

wic.dhw.idaho.gov