

Pezones Adoloridos



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

Signos y 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: sarpullido, usando jabones o cremas fuertes, eczema o otras infecciones
- 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 alivio

- Obtener ayuda para que el bebé agarre bien el pecho
- Amamantar primero en el lado menos doloroso
- Intente cambiar de posición cada vez que amamanta
- Dejar que los pezones se sequen al aire libre
- Extraer la leche manualmente antes de amamantar
- Poner leche extraída o ungüento de lactancia en el pezón después de amamantar
- Preguntarle al doctor sobre el uso del ibuprofeno

Prevención

- Que el bebé agarre bien el pecho
- Cambie las almohadillas de lactancia con frecuencia
- Usar un dedo al lado de la boca del bebé para interrumpir la succión cuando termina de alimentarlo

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 446S • Programa WIC de Idaho • 02/2021

wic.dhw.idaho.gov