

GRIETAS EN LOS PEZONES. QUÉ HACER Y COMO EVITARLO



Teresa Abad Aguilar
Susana Carrera Benítez
Aurora María Alcaraz García
H.Torrecárdenas/H.Poniente

Teresa Abad Aguilar. Susana Carrera Benítez. Aurora M^a Alcaraz García.
H.Torrecárdenas/ H. Poniente.

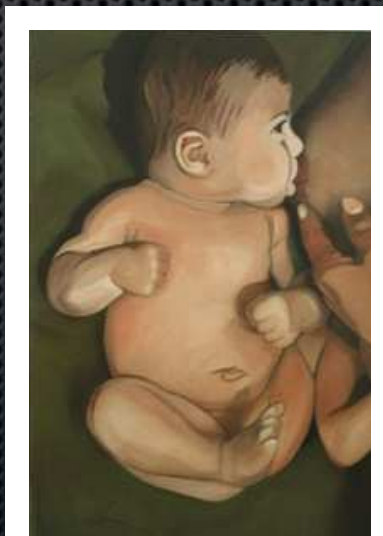


Introducción

El amamantamiento es fundamental para la recuperación de la madre y es la mejor alimentación para el recién nacido. Pero el malestar mamario puede dificultar la lactancia.

Las grietas son pequeñas heridas o fisuras que se van agrandando como consecuencia del trauma por la mala posición del recién nacido al mamar.

Durante las primeras semanas después del parto, el dolor y las grietas son los principales problemas para la lactancia. Saber como prevenir y tratar estas dolencias resulta esencial.



Teresa Abad Aguilar. Susana Carrera Benítez. Aurora M^a Alcaraz García.
H.Torrecárdenas/ H. Poniente.

OBJETIVO

Mostrar como tratar y prevenir las grietas en el pezón para una lactancia materna óptima y satisfactoria.



MATERIAL Y MÉTODO

Revisión bibliográfica realizada a partir de bases de datos: PUBMED, COCHRANE y MEDLINE.

RESULTADOS

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Mantener pezones y mamas limpios y secos.
- Durante el embarazo usar cremas (con base de lanolina) tras la higiene masajeando el pezón.
- Fomentar el buen acoplamiento de la boca del recién nacido al pecho.
- Extracción de leche después de amamantar cubriendo pezón.
- Dejar secar los pezones al aire o sol.
- Al interrumpir la succión del recién nacido introducir un dedo dentro de su boca para romper el vacío, evitando así el estiramiento del pezón.



RESULTADOS

CUIDADOS DE LAS GRIETAS

- Corregir técnica de lactancia materna.
- Descartar la existencia de frenillo corto debajo de la lengua del recién nacido.
- No dejar de amamantar, puede provocar congestión o taponamiento de los conductos.
- Aplicar leche materna sobre el pezón antes y después de amamantar.
- Mantener pechos descubiertos durante unos minutos después de amamantar.
- Uso de crema cicatrizante a base de lanolina (sin olor ni sabor).
- Empezar las tomas por el pecho sano para que el niño chupe el agrietado con menos avidez.
- Los discos de lactancia se desaconsejan, retienen humedad y maceran la herida.

Teresa Abad Aguilar. Susana Carrera Benítez. Aurora M^a Alcaraz García.
H.Torrecárdenas/ H. Poniente.

conclusión



Prevenir la aparición de grietas en el pezón y saber como tratarlas una vez que aparezcan, favorece el alcance y el mantenimiento de la lactancia materna satisfactoria, ofreciendo así el mejor alimento para el bebe.

