



ARTICULO

# ¿Cuáles son las complicaciones en la lactancia?

# Descubre cuáles son las complicaciones que se pueden llegar a presentar durante la lactancia y cómo prevenirlas.

7 minutos lectura Ene 24, 2020

Desde pezones agrietados hasta mastitis, seguro habrás escuchado de las complicaciones que se pueden llegar a presentar durante la lactancia. Aquí te contamos cuáles son y cómo prevenirlas.



## ¿Cuáles son las complicaciones en la lactancia?

### Sentir que tu bebé no se llena

Puede parecer que tu bebé no se llena porque está pidiendo tomar pecho con bastante frecuencia o hace tomas que parecen extenderse durante mucho

tiempo. Esto es completamente normal en una lactancia a libre demanda (llegando a ser de 8 a 12 tomas por día al principio), y lo podrás ver porque tu bebé se muestra relajado y satisfecho, algunas veces desde mitades de la toma, otras veces se muestra así hasta el final cuando se suelta. Más que saber qué tanta leche necesita tomar tu bebé, **se recomienda monitorear que moje de 6 a 8 pañales con pipí al día y que esté logrando sus hitos de crecimiento y desarrollo** cuando lo lleves a sus revisiones mensuales con el profesional de la salud. **Puedes conocer más de este tema aquí.**

## Tener un bajo volumen de producción de leche materna

Cuando tu bebé nace, su estomaguito es del tamaño de una cereza, por lo que el volumen de calostro que necesita se satisface con gotitas por cada toma.

Conforme él va creciendo y vas promoviendo la lactancia a libre demanda, tus senos se van adecuando al volumen de leche materna que tu bebé puede llegar a requerir (a veces incluso puedes producir un poco de más). Si quieres saber si estás produciendo suficiente leche materna, te invitamos a **leer este artículo.**

Ante la duda de **si tu volumen de producción de leche es bajo, lo más recomendable es consultar con un tu profesional de la salud** o con un especialista en lactancia, como una asesora de lactancia.

## Rechazo de tu bebé del seno materno

Puede que tu bebé en algún momento muestre rechazo por el seno materno, sobre todo cuando ya tiene mucha hambre. Esto llega a suceder cuando no llegamos a detectar **sus señales de hambre con anticipación**, lo que hace que tenga poca paciencia para comenzar a sentir que sale tu leche. También hay bebés que muestran rechazo por el seno materno por lo que se conoce como “Confusión de pezón”, lo cual significa que prefieren la tetina de una mamila o de un chupón (que en algún momento probó durante el primer mes de vida). El síndrome de confusión de pezón se puede corregir con paciencia y persistencia de tu parte por ofrecerle sólo el seno materno hasta que se vuelva a acostumbrar

a él. Otra razón que puede generar que tu bebé muestre rechazo al seno materno es porque tiene algún **malestar corporal que requiere ser atendido**, desde **sacar el aire** , hasta **cólicos** u otros malestares.

## Senos congestionados

Es normal que durante las primeras semanas de la lactancia tus senos se muestren muy llenos antes de cada toma. Si están demasiado congestionados, pueden mostrarse duros y generarte incomodidad, al igual que dificultar un poco el agarre para que tu bebé comience a tomar leche materna. Para ayudarte a comenzar la toma, puedes aplicar compresas frías, masajes circulares y usar un extractor de leche materna extrayendo un poco de leche, **sólo para aligerar presión** que no permite que tu bebé logre tomar el seno fácilmente, no para vaciarlos. Lo más recomendable **para prevenirlo es asegurar que tu bebé esté tomando pecho frecuentemente** (por lo menos cada 1.5 a 2 horas en las primeras semanas), y que cada toma sea lo más extendida posible para que tu seno sea vaciado y pase de lleno y duro a blando y relajado.

## Dolor al amamantar

La lactancia no debe de doler, ni en el pezón, ni en la areola o cualquier otra parte del seno, antes, durante o después de la toma. **Si tienes dolor al amamantar, es importante que acudas a la brevedad con un profesional de la salud** capacitado en lactancia o a una asesora de lactancia, para que revisen la causa del dolor. Cuanto antes sea revisada y atendida la causa del dolor, más rápido se podrá llegar a una solución que no permita que interrumpas tu lactancia. Para prevenir el dolor al amamantar, te recomendamos leer nuestro artículo **“Cómo lograr una lactancia exitosa”** y preguntar a tu profesional de la salud acerca de las soluciones de Nestlé para **prevenir el dolor durante la lactancia** .

## Obstrucción de conductos

En ocasiones puede llegar a obstruirse un conducto en tu seno, la principal forma de atenderlo es promoviendo que tu bebé continúe amamantando directamente de ese seno para ayudarte a destaparlo. Si adicionado a la obstrucción presentas coloraciones rojas en partes de tu seno, protuberancias o fiebre, es importante

acudir a tu profesional de la salud sin dejar de vaciar tu seno con la ayuda de un extractor. Para prevenir la obstrucción de conductos, **se recomienda tratar de lograr que tu bebé te ayude a vaciar los senos en cada toma.** También ayuda variar las posiciones en las que tu bebé toma pecho, para que pueda jalar con mayor facilidad la leche materna en diferentes ángulos alcanzando mejor todos los conductos.

## **Pezones aplanados, adoloridos, agrietados o con sangrado**

Cuando tu pezón queda lastimado por amamantar, es importante que sea revisada por un especialista la técnica de agarre con la que tú y tu bebé se están acomodando para cada toma. Muchas veces estos malestares pueden disminuir considerablemente al corregir esta técnica, cuidando que tu bebé esté succionando en la zona de la areola con la boca bien abierta y no directamente en el pezón. En algunas ocasiones, el uso de algunos accesorios y productos pueden ayudar con la recuperación, pero éstos deben ser prescritos por el especialista para darte instrucciones precisas de cómo y cuándo usarlos. Si la técnica de agarre es adecuada, tu especialista valorará cómo tu bebé succiona y te comentará si hay algo que necesite corrección a través de ejercicios o que requiera intervención, como una frenilectomía (liberación del frenillo sublingual corto). **Si la valoración motora de succión de tu bebé resulta aprobatoria, pero sigues con molestias, tu especialista te indicará si se trata de alguna alteración microbiana** que requiera tratamiento. Para prevenir este tipo de molestias, lo más recomendado es practicar una técnica de agarre correcta, junto con el acompañamiento constante de tu especialista para ir detectando signos tempranos que se puedan detener antes de volverse complicaciones para ti.

## **Perlas de leche**

Las perlas de leche son pequeñas **calcificaciones propias de la leche materna** que se llegan a formar gracias a traumatismos o bacterias,

generalmente se ven entre las capas de la piel de tus pezones. Suelen ser muy dolorosas y visibles en tu pezón, como puntos blancos brillantes. Con la ayuda de la succión continua de tu bebé, o a través del drenaje realizado por tu profesional de la salud junto con un tratamiento, las perlas de leche pueden ser tratadas hasta tener mejoría y/o que desaparezcan. Si quieres conocer más de las perlas de leche, te invitamos a **seguir leyendo aquí**.

## Mastitis

La mastitis es **una de las complicaciones más severas y dolorosas de la lactancia**, ya que es **una infección bacteriana que se puede presentar en las glándulas mamarias o en los conductos que las conectan**. Se suele identificar porque se manifiesta con abultamientos, dolor y/o calor zonificado en el seno, congestión, coloraciones rojas y/o fiebre y escalofríos en la madre. Lo que puede llegar a ocasionar la mastitis son varias de las complicaciones ya mencionadas arriba: una técnica inadecuada de agarre, senos congestionados, obstrucción de conductos, grietas o sangrados en los pezones, así como la presencia de agentes patógenos en el seno materno que **previenen que la microbiota mantenga al seno saludable**. Para prevenir la mastitis, se recomienda contar con una **técnica adecuada de agarre**, asegurar que en cada toma se vacíen los senos y **variar la posición** en la que acomodas a tu bebé para amamantar; también se recomienda tomar **medidas adecuadas de cuidados** e higiene, así como el consumo de **probióticos específicos para la lactancia** que puedan contribuir a mantener la salud de tu seno.

Si bien esta es una lista profunda de las complicaciones en la lactancia, la mejor forma de prevenirlas es **buscar orientación con un profesional de la salud con conocimientos de lactancia y/o de una asesora de lactancia**, esto es ideal en cuanto decides que vas a amamantar, para que bajo su guía, te prepares de todas las formas posibles para **lograr una lactancia exitosa y libre de complicaciones**.



Nestlé.  
**Opti-Lac.**

Para la mujer en periodo  
*de lactancia*

Probióticos L. Fermentum LC40®  
que ayudan a equilibrar la  
microbiota del seno materno



®LC40 se distribuye bajo licencia por Biosearch S.A. Antes de usar cualquier probiótico, consulte con su profesional de la salud. ®Marcas registradas usadas bajo licencia de su titular, Société des Produits Nestlé S.A., Case Postale 353, 1800 Vevey, Suiza.

¿Quieres conocer cómo lograr una lactancia exitosa? Te invitamos a **seguir leyendo aquí.**

**¿Te fue útil esta información?**

Regístrate a nuestro programa y sé parte de la comunidad de mamás y papás  
Baby and Me

**¡Regístrate aquí!**