



## PREVENCIÓN DE LAS ALTERACIONES MAMARIAS DURANTE EL PUERPERIO

Hernández Salgado, Rosa María.  
Enfermera Unidad de Hospitalización de Obstetricia.  
Hospital Universitario Río Hortega de Valladolid

### INTRODUCCIÓN

La patología mamaria que más frecuentemente observaremos en el puerperio hospitalario, debería ser fisiológica.

No obstante, en ocasiones, la aparición de grietas en los pezones o de ingurgitación incorrectamente manejada, conlleva el abandono precoz de la lactancia materna.

Observamos que en la gran mayoría de los casos la aparición de estas dos alteraciones se debía a una incorrecta técnica de amamantamiento.

### OBJETIVOS:

- 1.-Unificar criterios de actuación sobre las alteraciones que se produzcan en las mamas
- 2.- Instruir a las madres sobre la correcta técnica de amamantamiento

### MATERIAL Y MÉTODOS

Búsqueda sistemática on line a través de las principales bases de datos: PubMed, Biblioteca Virtual Salud y Cochrane.

### RESULTADOS

Indicaremos las pautas a seguir en las dos alteraciones a las que nos hemos referido anteriormente

#### GRIETAS

La prevención mas eficaz es mantener el pezón hidratado, para ello podremos hacer uso del calostro, cremas de lanolina o cazuelitas de cera de abeja (que se emplearán entre las tomas)

#### INGURGITACIÓN

En este caso las intervenciones dependerán de la existencia o no de excreción de calostro

NO EXCRECIÓN DE CALOSTRO  
debemos emplear, como en cualquier inflamación, frío

EXCRECIÓN DE CALOSTRO independientemente de la cantidad, la medida física que se deberá aplicar es calor.  
Y excepcionalmente emplearemos el uso de sacaleches

### APLICABILIDAD CLÍNICA

Realizaremos dos tipos de póster.

- 1º.-Personal sanitario: Con la finalidad de que se conozcan las medidas a seguir para la prevención de las grietas y el manejo de la ingurgitación
- 2º.-En las habitaciones de las puérperas: sobre la extracción manual de leche y la correcta técnica de amamantamiento

#### PROFESIONALES SANITARIOS

##### GRIETAS

###### Antes y después de las tomas



Gotitas de calostro



Lanolina



Cazuelitas cera de abeja

###### Entre tomas

##### INGURGITACION

###### NO Excreción de calostro



###### Excreción de calostro



###### Excepcionalmente



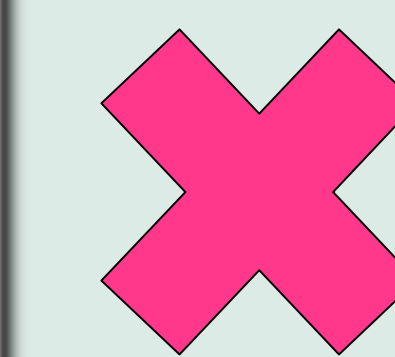
#### PUERPERAS



AGARRE INCORRECTO



AGARRE CORRECTO



posición correcta posición incorrecta

presión hacia las paredes del pecho de vuelta acabe la manipulación del pecho

#### BIBLIOGRAFIA

1.-Técnica del amamantamiento. In:(eds). Manual de lactancia materna. 4ª ed. Editorial Panamericana;2008. P 75-82; 2.-Mangesi L, Dowsnell T. Tratamientos para la ingurgitación mamaria durante la lactancia. Cochrane Database of Systematic Reviews 2010 Issue 9. Art. No.: CD006946. DOI: 10.1002/14651858.CD006946; 3.-La ingurgitación mamaria. Disponible en <http://www.lactando.org/infolac/ingurgitacion.html> (ultimo acceso el 20 de febrero de 2015); 4.-Nylander, Gro. Maternidad y lactancia. 2ª ed. . Editorial Granica; 2004 ; 5.-Ayela Pastor, Mª Rosario Trinidad. Grietas en el pezón. In: Editorial Club Universitario (eds.)Lactancia materna. 1ª ed. : EDUCA; 2008. p42-48 6.-Lactancia Materna: Guía para profesionales. 1ª ed. . AEPED; 2004 7.-Cabero,L; Saldivar,D; Cabrillo,E. Obstetricia y medicina Materno-Fetal. 1ª ed. . Editorial Panamericana; 2007 8.- Fernandez-Cid Fellonera, Alfonso. Higiene mamaria. Lactancia. In: (eds.)Mastologia. 2ª ed. ; 2000. p79-84 9.-Empleo del sacaleches. Disponible en la web de la Asociaion Española de Pediatría.<http://www.aeped.es/foros/dudassobre-lactancia-materna-padres/sacaleches-y-extraccion-manual-t>. Ultimo Acceso el 23 de febrero de 2016