La mastitis mientras se amamanta

La mastitis es una infección del seno. Comienza súbitamente y si no se trata, empeora rápidamente. Los gérmenes pueden entrar a través de una lesión en la piel o el pezón. Una vez iniciado el tratamiento, la madre generalmente se siente mejor después de un día o dos. **La leche no hace daño al bebé y se puede continuar amamantando.** La madre generalmente tiene:

- Síntomas como de "flu" (gripa) – fiebre de 100.8°F (38.2°C) ó más, escalofríos, dolor por todo el cuerpo.
- El seno caliente, rojizo y dolorido.

Qué hacer:

- ❒ Llame al médico y describa los síntomas.
- ❒ Es posible que necesite antibióticos – tome toda la dosis recetada, aun después de empezar a sentirse mejor. La mayoría de los antibióticos se usa sin peligro mientras se amamanta.
- ❒ Póngase una toalla o paño mojados y muy calientes en el seno; o remoje el seno en un recipiente de agua muy caliente. Repita varias veces al día hasta que desaparezca el color rojizo.
- ❒ Tome acetaminofeno (Tylenol™) o ibuprofeno (Advil™, Motrin™) para el dolor.
- ❒ Beba más líquidos para reemplazar lo que se pierde por la fiebre.
- ❒ Mantenga los senos blandos dando el pecho frecuentemente. Masajéese el seno suavemente para ayudar a que se vacie.
- ❒ Descanse más y duerma cuando el bebé duerme.

Más información . . .

Llame a su médico si los síntomas no le han desaparecido después de haber terminado los antibióticos.

Para evitar la mastitis:

- No deje que los senos se le llenen demasiado. Intente no saltarse o posponer la hora de amamantar. Hable con una consejera de lactancia sobre lo que puede hacer si usted produce más leche de la que el bebé consume.
- Trate los pezones irritados rápidamente. Vea la página de información titulada "Pezones irritados".
- Evite los brasieres ajustados o la ropa ajustada.

Para más ayuda, llame al departamento de salud del condado o a la Línea de Ayuda para la Lactancia de WIC de Arkansas, 1-800-445-6175.