

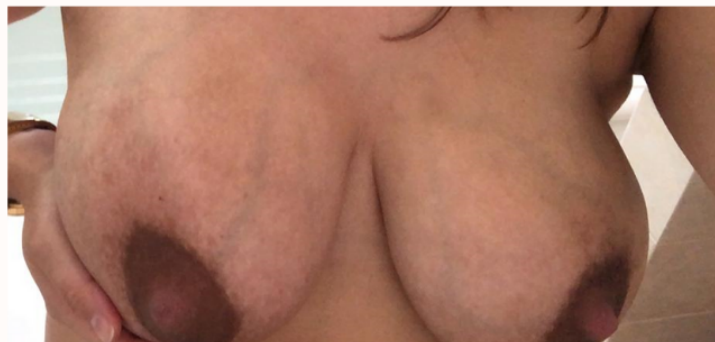
INGURGITACIÓN MAMARIA



Hinchazón y distensión de las mamas por dilatación vascular y aumento de la producción láctea.

Según nivel de ingurgitación:

- Ingurgitación fisiológica.
- Ingurgitación fisiológica y líquido intersticial (edema mamario).



Signos y síntomas

- Edema en areola y pezón.
- Retención láctea.
- Dolor bilateral o unilateral (ingurgitación secundaria).
- No produce fiebre aunque en casos graves "fiebre de la leche" (escalofríos y malestar general, no de carácter infeccioso sino inflamatorio).
- No presenta clínica sistémica.

Medidas de prevención

- No retrasar el inicio de la lactancia materna.
- Asegurar una posición adecuada al pecho materno.
- Estimular a la madre a puestas al pecho sin restricciones.
- Evitar interferencias con chupetes o tetinas.

Manejo de la ingurgitación

- **Valoración de puesta al pecho eficaz.**
 - Vaciado frecuente por el lactante.
 - Presión inversa suavizante (PIS).
 - Drenaje Linfático (hacia la axila y cuello).
- **Intervenciones para extracción de leche.**
 - Si no es posible por parte del bebé.
 - Extracción manual.
 - Uso de extractor una vez que fluya la leche NO antes.
 - Masaje mamario asociado a un drenaje eficaz.
- **Drenar la mama de forma frecuente.**
- **Alivio del dolor .**
 - Analgesia farmacológica/antiinflamatoria.
 - Uso de hojas de col, inyecciones oxitocina, ultrasonidos, calor, frío tienen una evidencia baja.

