

Manejo de los pezones doloridos para profesionales sanitarios

Estas recomendaciones deben ir acompañadas **SIEMPRE** de la observación de una toma al pecho para **identificar problemas en la técnica del amamantamiento**.

Evaluar con una herramienta de observación de la toma que permita aportar datos objetivos, un seguimiento y un registro adecuado, Escala LATCH

1-Definir el dolor:

- **Intensidad (Puntuación Escala EVA) :**

- **Localización:**  
Derecho Izquierdo.



- **Inicio habitual:**
 - Al comienzo de toma.
 - Durante la toma.
 - Tras toma o entre tomas.

Duración del dolor:

- Persiste más allá de la primera semana._____
- No desaparece a pesar de mejorar agarre._____

- **Tipo de dolor (pulsátil, sacudida, calambre,...)**

CUESTIONARIO DEL DOLOR MCGILL - MELZACK FORMA CORTA (SF-MPQ)

2-Investigar la causa del dolor

3-Descartar "Síndrome de la Posición Inadecuada".

C.J. González Rodríguez An Esp Pediatr 1996;45:527-529.

4- Aliviar el dolor : Analgesia (si es preciso).

5- Estrategias y medidas de alivio para el manejo del dolor en pezones.

- Anticiparse a la demanda del bebé.
- Propiciar tomas mas frecuentes y, por tanto mas cortas.
- Sugerir cambios de posturas en el amamantamiento.
- Alimentar al bebe primero del lado menos dolorido.
- Realizar succión no nutritiva con dedo materno al finalizar la toma.
- Deslizar la areola hacia delante usando el dedo pulgar e índice para crear un almohadillado extra en el momento de agarre del bebe al pecho.
- Evitar la ingurgitación mamaria o congestión de la mama.