

Pezones Adoloridos

Para evitar dolor, asegúrese de que su bebé esté en una posición correcta en su pecho. Si le duele, aparte a la bebé e inténtelo de nuevo.



Toque los labios del bebé con su pezón hasta que ella abra su boca **BIEN GRANDE**, como si bostezara.



Traiga a su bebé cerca de usted— pecho con pecho. La nariz y barbilla de su bebé deben estar tocando su pecho. Su boquita debe cubrir la mayor parte café alrededor del pezón, tomando un poquito más de la parte de abajo que de la de arriba.

Cuando aparte a la bebé de su pecho, ponga su dedo pequeño en la esquina de la boca de su bebé entre las encías para romper la succión; luego aparte la bebé de su pecho suavemente.

Si sus pezones están adoloridos, trate de dar pecho en diferentes posiciones.



De cuna cruzada



Debajo del brazo



Acostada de lado

- ♥ Comience a dar pecho con el lado que menos le duela.
- ♥ Si los dos pechos están adoloridos, masajee sus pechos antes de dar pecho, hasta que la leche empiece a salir.
- ♥ Después de amamantar, lave sus manos y extraiga unas gotas de su leche y frótelas en sus pezones adoloridos; agua tibia también pudiera ayudarla.
- ♥ Si el dolor de sus pechos no mejora en 1 ó 2 días, consulte con una consejera de dar pecho.