

HOJA INFORMATIVA N°26

INGURGITACIÓN

Extraído del Libro de Respuestas de Lactancia Materna
de La liga de La leche Internacional.
(organización que asesora a la OMS/UNICEF y
agencias nacionales e internacionales de salud en materia de lactancia)
Edición del 2002
Y facilitado por Helena. Amamantar-Asturias.

Las ingurgitaciones empeoran si no se consigue prender el bebé y si hay estímulos y a su vez empiezan a fracasar los medios de extracción mecánica....

Una mamá que sufrió una ingurgitación de estas características, ni con la mano (nuestra), ni con ningún sacaleches, ni bomba, ni "el método de la botella caliente" sacó nada...Lamentablemente el mejor sacaleches de casa no quiso actuar-mi hija-, como había hecho en otras ocasiones, o en otros casos cualquier bebé experto, no muy grande, para que no se entere mucho del cambio. Su bebé había sido ingresado y ella fue a la bomba tarde cuando ya se había iniciado la plétora. La presión congestiva sobre los conductos impide que salga nada o casi nada.

La verdad es que aquella ingurgitación, se resolvió por sí sola, cesando los estímulos y con frío local-hojas de repollo-, antiinflamatorios y pasados aquellos 2 ó 3 días, la madre inició una pauta de extracción con sacaleches; claro, casi partiendo de cerro sacaba muy poquita, nunca consiguió relactar completamente, pero le dio su leche extraída junto con fórmula bastantes meses.

"La lactancia infrecuente hace que los pechos se congestionen más de leche, lo que reduce la circulación. Cuando la sangre y la linfa pasan despacio por los pechos, el líquido en los vasos sanguíneos tiene más oportunidad de filtrarse hacia los tejidos del pecho e hincharlos. Eso extrema la sensibilidad, da sensación de calor y a un dolor punzante que puede extenderse hasta la axila. La piel de la madre puede estar tersa, brillante y traslúcida.

La hinchazón también puede provocar una leve fiebre que en ocasiones se confunde con una infección posparto, (...) La ingurgitación puede ocurrir sólo en la areola (llamada "ingurgitación areolar"), sólo en el pecho ("ingurgitación periférica") o en ambas partes.

El tratamiento precoz de la hinchazón previene las posibles complicaciones:

-Problemas de alimentación del bebé, al no poder tomar adecuadamente el pecho.

-Dolor de pezón (...), la succión lastima.

-Mayor riesgo de mastitis, por aumento de presión dentro de pecho y no dejar fluir la leche.

-(...)

Medidas más eficaces:

*Antes de dar el pecho o extraer leche .aplicación de compresas calientes y húmedas .Esto estimula el reflejo de expulsión de la leche y ayuda a fluir la leche.(Duchas calientes, baños, sumergir el pecho, masajes circulares desde el tórax al pezón,...)..

*Lactancia o extracción frecuente. De 1,5 horas a dos horas, tomando desde el principio de una toma al principio de otra....Si la areola de la madre está inflamada y tensa el bebé y los sacaleches pueden lastimarla .El método de la extracción con una botella caliente de boca ancha (de zumo,...) es una buena opción para la madre.(te explico a continuación(UNICEF/WHO 1993;King 1992):

Una botella de 1 litro ó más con boca ancha 3-5 cm. +ó -, se lava bien y se vierte agua caliente en su interior hasta casi llenarla, dejarla reposar unos minutos.

Envolver la botella en una toalla y vaciar el agua.

Enfriar el cuello de la botella y colocar la boca sobre el pezón hasta que forme un sello sobre el pecho. Sostener unos minutos la botella.

Conforme la botella se enfría, crea una suave succión y el calor de la botella favorece la expulsión de leche.

Cuando el volumen de leche disminuya (no dejar mucho tiempo la botella) o si se siente incomodidad, romper la succión (introduciendo un dedo entre la boca de la botella y el pecho) y retirar.

Vaciar la botella y repetir el proceso en el otro pecho.

*La aplicación de compresas frías entre toma y toma pueden reducir la hinchazón y aliviar el dolor. Aplicar un paño para envolver placas o bolsas de hielo. Y calor 15 minutos antes, al menos, de las tomas y extracción para facilitar la salida de la leche. Algunas madres usan hojas de repollo a temperatura ambiente o refrigerada. Primero se enjuagan, se quita la vena más grande y se hace un agujero para el pezón, directamente entre el pecho y sujetador, se cambian cada 2-4 horas, las madres que han sido aliviadas con este remedio casero lo han notado a partir de 6-8 horas (...)"