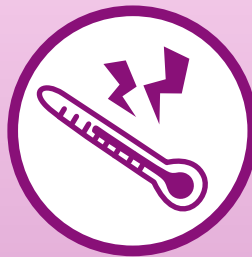
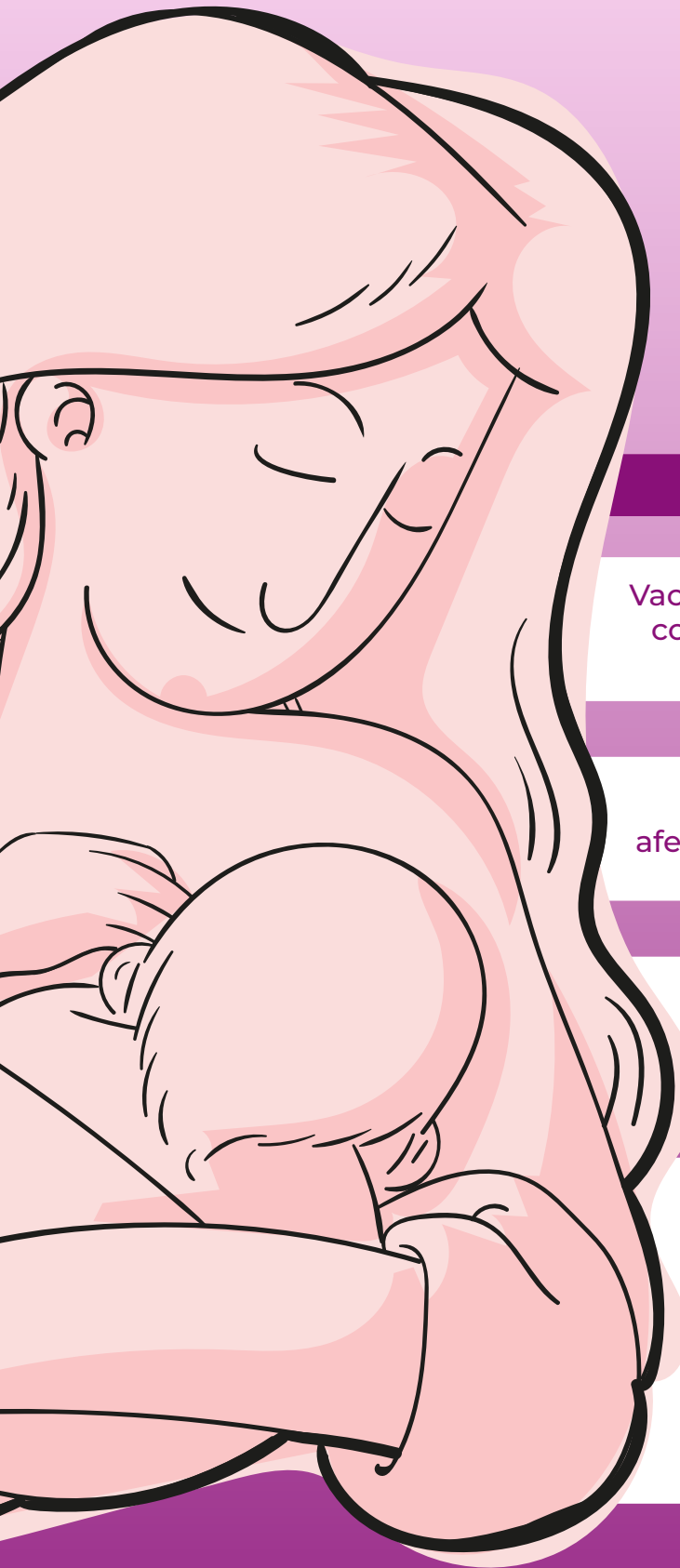


Cómo abordar la mastitis*

*inflamación de la mama



Se puede manifestar con fiebre y malestar.



El pecho se pone rojo, inflamado y endurecido, hace daño.

¿Cómo actuar?

Vacía el pecho afectado de leche, ya sea con succión del bebé o con ayuda de extractores.



Realiza masajes suaves en la zona afectada mientras se realiza la lactancia.



Aplica compresas de agua caliente sobre el pecho y toma analgésicos para el dolor.



Aumenta la ingesta de líquidos.



Utiliza un sujetador sin presiones, evita los aros.



En caso de duda, consulta a tu matrona, en el caso de sufrir mastitis, valora con ella el tratamiento.