



Información para familias que amamantan

# Utilizar una pezonera

Las pezoneras tienen una reputación cuestionable. Algunos dicen que causan más problemas de lo que solucionan. Otros dicen que utilizadas de forma adecuada pueden salvar una situación de lactancia difícil. Tu consultor de lactancia te recomendará cuando pueden ser útiles, durante cuánto tiempo utilizarlas y cómo dejar de hacerlo.

## Indicaciones de Uso

- Pezones planos o invertidos.
- Bebés prematuros o prematuros tardíos.
- Frenillo sublingual.
- Síndrome de Down u otros bebés hipotónicos.
- Pezones doloridos o agrietados y sangrantes.
- Disminuir y regular el flujo de un reflejo de eyección hiperactivo.
- Paso de lactancia con biberón a amamantar.

### Los Pros:



- Anima a tu bebé a amamantar.
- Permite a un bebé débil mantener la succión al pecho.

### Los Contras:



- Barrera entre tú y el bebé.
- El bebé se puede acostumbrar a la pezonera.
- Fácil de utilizar de forma incorrecta.

## Eligiendo Tu Pezonera

- Pide a tu consultor de lactancia que te asesore para encontrar la talla adecuada.
- Prueba los dos tipos, para ver cual te va mejor:



### Pezonera Cortada

Adecuada para que el bebé huela la areola de la madre.



### Pezonera Completa

Bueno para bebés que colapsan la pezonera cortada durante la lactancia.

## Cómo usar la pezonera:

- Dale la vuelta hasta la mitad del vástago.
- Ponla en el pezón, puedes aplicar lanolina, leche materna, lubricante o agua para ayudar a que se adhiera al pecho.
- Vuelve a girarla para que el pezón sea empujado hacia el vástago de la pezonera. Puedes estirarla para acomodarlo.
- Pon la pezonera en agua caliente para hacerla más flexible.
- Haz que el bebé se enganche sujetando su cabeza hacia atrás; toca la pezonera por encima del labio superior y deja que bebé lo agarre profundamente.
- Asegúrate de que los labios del bebé están en la base de la pezonera, no deslizándose hacia delante y hacia atrás.
- Puedes rellenar previamente la pezonera a través de los orificios en la punta con una jeringa periodontal para que el bebé reciba una recompensa inmediata.
- Lava la pezonera y déjala secar al aire. Se puede hervir si lo deseas.
- Planifica un seguimiento de la lactancia para retirar la pezonera o para trabajar en mantener/establecer la producción de leche.
- Realiza un seguimiento frecuente del peso de tu bebé.
- Para retirar la pezonera, empieza la toma con la pezonera y después quítala.
- Si no tienes éxito, prueba otra vez en la siguiente toma. Sé insistente.



La información proporcionada está destinada únicamente a fines educativos e informativos generales. Ni pretende ni implica ser un sustituto del consejo médico profesional. Busque siempre el consejo de su profesional de la salud de referencia para cualquier pregunta que pueda tener sobre su condición médica o la de su bebé. Nunca ignore el consejo médico profesional ni demore buscarlo debido a algo que haya leído en este folleto. Siéntase libre de duplicar según la licencia de creative commons CC BY-ND. Lactation Education Resources 2021.