

## El Uso de la Pezonera



Las pezoneras tienen una reputación poco clara. Algunos dicen que causan más problemas de los que resuelven. Otros dicen que usadas adecuadamente pueden salvar una situación de lactancia difícil. Su consultora de lactancia las recomendará cuando puedan ayudarle, por cuanto tiempo usarlas y cuando dejar de usarlas.

### **Indicaciones para el uso**

- ✓ Pezones planos o invertidos
- ✓ Pezones planos o suaves después del parto
- ✓ Parto prematuro o antes del término
- ✓ Lengua amarrada/atada
- ✓ El bebé no se puede mantener encajado
- ✓ Bebé rechaza el seno
- ✓ Senos hinchados y congestionados
- ✓ Pezones adoloridos, rasgados y sangrando
- ✓ Para desacelerar y regular el flujo de leche causado por un reflejo de bajada de leche hiperactivo
- ✓ Para cambiar al bebé del biberón al seno
- ✓ Relactación o lactancia inducida (lactancia adoptiva) si el bebé no va al seno fácilmente

### **Lo positivo:**

- ✓ Estimula al bebé a alimentarse en el seno
- ✓ Ayuda a un bebé débil a mantenerse chupando en el seno
- ✓ Solución instantánea para problemas difíciles
- ✓ Las nuevas pezoneras de silicona permiten un flujo completo de

### **Los contras:**

- ✓ Barrera entre Ud. y el bebé
- ✓ Menos estimulación para el seno
- ✓ Es posible que el bebé se acostumbre a la pezonera
- ✓ Es muy fácil usarlo incorrectamente
- ✓ Las pezoneras viejas de goma permiten el paso de muy poca leche



### **Pezonera completa**

Buena para infantes que doblan las pezoneras con cortes mientras chupan



### **Pezonera parcial o con cortes**

Buenas para que el infante pueda oler la aureola de la mamá

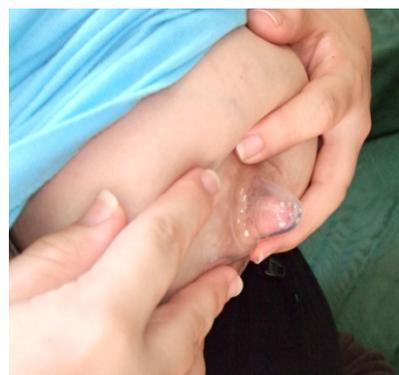
### **Como escoger el tamaño correcto de pezonera**

Primero tome en cuenta el tamaño de la boca de su bebé, y después considere el tamaño de sus pezones. Modifique el tamaño para calzar bien con sus pezones, si es necesario.

Extra pequeño	16 mm	Bebés prematuros o recién nacidos pequeños
Pequeño	20 mm	Recién nacidos pequeños
Normal	24 mm	Recién Nacido Normal o Grande y bebés más grandes

## Como usar la Pezonera

- Desenrolle la pezonera hasta 1/2 de la caña de la pezonera
- Colóquela en el pezón, puede aplicar lanolina, leche materna, gel KY o agua para ayudar a que la pezonera se adhiera al seno
- Enrolle la pezonera sobre el seno de tal forma que el pezón quede dentro de la caña de la pezonera. Puede que tenga que estirar la pezonera para acomodar el pezón.
- Intente entibiar la pezonera en agua para hacerla más flexible
- Encaje al bebé inclinando su cabeza hacia atrás, roce la pezonera con su labio superior y permita que el bebé la tome con profundidad.
- Asegure que los labios del bebé estén en la base de la pezonera, sin deslizarse hacia atrás y hacia delante
- Antes de encajar al bebé puede colocar un poco de leche dentro de la pezonera a través de los huecos en la punta, con el uso de una jeringa, para darle gratificación inmediata al bebé
- Lave la pezonera y déjela secar al aire, puede hervirla si lo desea



## Otras consideraciones

- Empiece a usar el saca-leche para estimular el seno si el bebé no lo vacía completamente
- Monitoree cuidadosamente las alimentaciones, mantenga un registro de eliminación y peso
- Notifique a su pediatra si Ud. está usando una pezonera
- Planifique una cita de lactancia para eliminar la pezonera o para ver como mantener su suministro de leche
- Para eliminar la pezonera, empiece la alimentación con la pezonera colocada y después sáquela. Si no funciona, intente de nuevo en la próxima alimentación. Convenza a su bebé, sea persistente

### Fabricantes Selectos de Pezoneras:

Medela <http://www.medelabreastfeedingus.com/tips-and-solutions/112/nipple-shields>

Ameda <http://www.amedadirect.com/ameda-nipple-shield.html>

Simplisse <http://www.simplisse.com/>

Tomme Tippee <http://www.tommeetippee.us/ctn/522674.html>

NUK <http://www.nuk-usa.com/breastfeeding/accessories/barely-there-nipple-shield.aspx>