La lactancia materna: uso de un protector de pezón

¿Qué es un protector de pezón?

Un protector de pezón es un pezón hecho de silicona transparente delgado. La mujer lo utiliza sobre el pezón y la areola al amamantar para ayudar al bebé a prenderse del seno correctamente.

Los protectores de pezón solo se deben utilizar cuando son recomendados por un especialista en lactancia u otro proveedor de atención médica. La mayoría de las veces, el protector de pezón se utiliza temporalmente para que el bebé pueda seguir con la lactancia materna sin él. Consulte el folleto de Intermountain **Una guía para la lactancia materna: Cómo vivir y aprender juntos,** el cual trata sobre técnicas y la posición en las que debe estar el bebé para prenderse del pezón correctamente.

¿Cuándo se recomienda el uso de protectores de pezones?

Un especialista en lactancia materna u otro proveedor le puede recomendar el uso de protector de pezones cuando:

- Su bebé es prematuro o extremadamente pequeño.
- Sus pezones son planos o invertidos (se orientan hacia adentro en lugar de hacerlo hacia afuera).
- Su bebé está acostumbrado a alimentarse con biberones.
- Su bebé necesita más apoyo al alimentarse.

¿Siempre voy a necesitar un protector para amamantar?

La mayoría de las veces, el protector se utiliza por unos cuantos días o semanas y se va retirando gradualmente. En la contratapa de este folleto se proporciona consejos para hacer la transición a la lactancia materna sin protector de pezón.

¿Cómo utilizo el protector de pezón?



Siga estos pasos:

- **Humedezca el borde del protector de pezón con unas cuantas gotas de agua o leche.** Esto ayuda a que el protector permanezca en su seno.
- **Invierta el protector de pezón casi completamente,** de modo que el borde del protector se vea como el ala de un sombrero. (Si está utilizando un protector con una sección recortada a lo largo del borde, como el que se muestra arriba a la derecha, posicione el protector de tal manera que el área recortada quede donde estará la nariz del bebé. De esta manera, la nariz del bebé podrá tocar el seno directamente).
- **Centre la punta del protector sobre su pezón y luego desenrolle lentamente los bordes por encima de su areola.**
- **Acerque el bebé al seno utilizando las técnicas de prensión expuestas en el folleto de Intermountain Una guía para la lactancia materna: Cómo vivir y aprender juntos (escanee el código QR de arriba).** Cuando la boca de su bebé esté bien abierta, acerque la boca a su seno con el labio superior apuntando hacia el pezón y el inferior lo más lejos posible de la base del pezón.
- **Si el bebé no recibe o no mantiene el protector en la boca, extraiga leche por unos minutos. Luego, frote un poco de leche en la parte externa del protector.**
- **Después de cada sesión de lactancia materna, lave el protector con agua tibia y jabón.** Deje secar al aire libre.

¿Cómo puedo saber si mi bebé está recibiendo suficiente leche?

Para estar segura de que su bebé está recibiendo suficiente leche materna cuando esté utilizando el protector, **el médico del bebé debe controlar su peso con frecuencia.** Asegúrese de informar al médico del bebé que usted está utilizando un protector de pezón para la lactancia materna y de acudir a todas las citas.

En casa, controle el consumo de leche del bebé contando el número de pañales empapados y sucios en un día. Encontrará más detalles en el folleto de Intermountain **Una guía para la lactancia materna: Cómo vivir y aprender juntos.**

- En el tercer día de vida, el bebé debe tener al menos tres evacuaciones intestinales en un período de 24 horas.
- En el cuarto día de vida, el bebé debe tener al menos cuatro evacuaciones intestinales de color mostaza y, al menos, debe mojar cuatro pañales en un período de 24 horas.
- Después del cuarto día de vida, el bebé debe mojar 6 o más pañales al día. Hasta las 8 semanas de vida, también debe ensuciar unos 4 pañales diarios.
- Después de las 8 semanas de vida, el bebé puede seguir ensuciando varios pañales al día o pueden pasar varios días sin ensuciar ninguno.

Recuerde amamantar al bebé a menudo: cada 2 o 3 horas. Esto suma entre 8 a 12 sesiones de lactancia materna en un período de 24 horas. Es muy importante que extraiga leche cuando esté usando el pezón protector para proteger su suministro de leche. Debe extraer leche de 3 a 4 veces al día después de cada alimentación. Puede hacerlo después de cada alimentación cuando se esté sintiendo más despierta.

¿Cómo hago la transición a la lactancia materna sin protector de pezón?

La transición para dejar de utilizar el protector de pezón debe ser un proceso gradual en la mayoría de los casos. Mientras el bebé esté ganando peso, no hay prisa. Usted y su bebé pueden tomarse su tiempo para acostumbrarse a la lactancia materna sin protector. Debería poder hacer la transición de un bebé sano a término desde el protector después de aproximadamente dos semanas. Consulte con una especialista en lactancia si necesita ayuda. Algunos consejos:

- **Intente alimentarlo sin el protector en las primeras sesiones de lactancia materna del día o cuando su bebé esté calmado.** Por lo general, las sesiones del final de la tarde y por la noche (cuando usted y su bebé pueden estar más cansados) no son el mejor momento para este reto.
- **Si su bebé se frustra cuando trata de alimentarse sin el protector de pezón, no lo fuerce.** Continúe utilizando el protector según sea necesario.
- **Antes de amamantar, extraiga leche durante varios minutos.** Esto puede ayudarle a alargar su pezón y estimular la liberación de la leche, lo que le puede facilitar el inicio de la alimentación del bebé.
- **Empiece cada sesión con el protector de pezón en su lugar.** Después de unos minutos y mientras el bebé aún tiene hambre, retire el protector y trate de conseguir que el bebé se prenda del seno directamente. Luego, en las siguientes alimentaciones trate de retirar el protector antes en la sesión.
- **Sostenga a su bebé piel con piel a menudo.** Esto los tranquiliza y reconforta a ambos, y ayuda al bebé a sentir su seno sin el protector.

¿Dónde puedo obtener más información?

Para obtener ayuda con la lactancia y la destete, programe una cita con una especialista certificado en lactancia. Escanea el código para comenzar.

©2010-2024 Intermountain Health. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema médico o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. FS143S - 03/25 (Last reviewed - 03/25) (Spanish translation by CommGap)