

Ampolla de Pezón

(Nipple Bleb)

Una ampolla en el pezón (Bleb en inglés) comienza como una mancha blanca o amarilla en el pezón. Si se abre de inmediato, es posible que sólo vea una pequeña mancha roja. Una ampolla suele ser bastante dolorosa, pero no siempre.

- **Aunque no está bien comprendido**, creemos que una ampolla/ampolla en el pezón generalmente es causada por una lesión al pezón. Si no se ha evaluado el enganche de su bebé, o si está sacando leche y cree que su sacaleches puede haber causado la ampolla, es posible que desee ver a un especialista en lactancia (IBCLC). Con un bebé más grande, una causa común de una ampolla en el pezón es que el bebé "tira" del pezón para estimular un flujo de leche más rápido o sólo para ver quién entró al cuarto! En un bebé más pequeño, puede asociarse con pellizcos del bebé para disminuir el flujo rápido.
- **Si su ampolla no es dolorosa y no causa ningún problema**, está bien no hacer nada y dejar que desaparezca por sí sola.
- **Si su ampolla no está "abierta"**, o si la leche parece fluir mucho más lentamente de lo normal, la leche puede retroceder y crear una masa sensible en el seno. Esto podría llevar a una mastitis. (Consulte nuestra información en **Conductos Obstruidos y Mastitis**). Algunas madres han descubierto que sumergir el pezón en agua salada tibia dentro de un extractor de leche manual de silicona (como el Haakaa) ayuda a eliminar la ampolla. Llene el Haakaa con agua tibia, mezcle 1 cucharada de sal de Epsom y remoje la ampolla durante 15 minutos cada dos o tres horas hasta que desaparezca. O si la ampolla tiene menos de 48 horas, un profesional de la salud puede cortarla y abrirla con una aguja estéril, pero esto rara vez funciona después de 48 horas.
- **Descanse frecuentemente y coma bien**. Las madres que experimentan obstrucciones recurrentes en los conductos del seno pueden beneficiarse tomando lecitina de soya o girasol (~1200 mg tres o cuatro veces al día).
- Si bien las ampollas pueden ser molestas y dolorosas, no son dañinas a menos que detengan por completo el flujo de leche de una parte del seno, lo que provoca una infección mamaria (mastitis) o pérdida de la producción de leche en esa área del seno. **Si una ampolla es dolorosa y no se resuelve con las medidas anteriores**, se puede aplicar una pomada de esteroides de potencia media recetada después de amamantar y cubrir con una envoltura de plástico cuadrada de seis pulgadas para ayudar a que el medicamento penetre más profundamente. Aplique la pomada después de cada sesión de amamantamiento o extracción hasta que ya no le duela el pezón y la leche fluya libremente. No continúe usando el ungüento con esteroides durante más de una semana si la ampolla no mejora, y no use el ungüento con esteroides por más de dos semanas en total.



Reviewed December 2022