Formación asesora de lactancia: dinamización de grupos

Dolor en la lactancia



Objetivos de la sesión

- Conocer la implicación del dolor en la lactancia materna
- Conocer las causas de dolor
- Conocer los puntos claves en el apoyo de la madre que tiene dolor durante la lactancia

“ ”

La ausencia de investigación específica en la salud de las mujeres las ha hecho invisibles para la ciencia médica.

Dra. Carme Valls

Normalización e invisibilización del dolor en la salud sexual y reproductiva de las mujeres





[redacted]
Que escandalosa por Dios no podes ser así de teatrera se que duele lo viví con mis dos hijas y dolía muuuuucho pero para ponerte a gritar así es de exageradas. Aunque duela ese momento tiene que ser relajado y en armonía para tu bebé. Que trauma para ese pequeño tener que escuchar esos gritos horribles.

M'agrada · Respon · 4 setm. 133

[redacted]
Dios mío ! Si va a sufrir de esa manera no debería darle pecho ! Está en un nivel de estrés horrible y muy aparte que le pasa eso al bebe , la salud mental de esa chica es súper importante . El bebe nunca va a estar bien si la mamá está mal !

41

[redacted]
Que exagerada como Disen muchas aquí ...con paciencia y amor es la mejor experiencia.

448

[redacted]
Ahy que sajerada no te duele nada es lo mas hermoso cuando tu bebe te toma el pecho mi hijo le costo un poco agarra el pecho pero lo logro , ❤️❤️❤️❤️

70

[redacted]
Demasiado dramática.
La vdd duele horrible
No digo q no, pero pobre bb. Con esos gritotes.
Pará él no ah de ser nada bonito.
Yo sólo aguantaba la respiración y m aguantaba el dolor. Y sólo cerraba mis ojos y sufría en silencio.
Me dolía más verla y oírla llorar q darle mí pecho.
Prefería el dolor q dejarla sin comer.

96

Dolor y lactancia

Tabla 3 Razones principales referidas por las madres para abandonar la lactancia materna (madres de la muestra del Estudio ELOIN 2012-2013)

Razones principales referidas	n	%
Leche insuficiente		
«producción insuficiente de leche/no tenía leche/me quedé sin leche»	716	32,3
«escasa ganancia de peso del niño»	74	3,3
«el niño se quedaba con hambre»	8	0,4
Incorporación al trabajo	575	25,9
Decisión de la madre		
«deseo propio/sentí que era el momento para interrumpirla»	351	14,2
«dar el pecho no me agradaba /incomodaba. biberón más fácil/cómodo»	20	0,9
«motivos personales»	7	0,3
El niño dejó de mamar	276	12,4
Problemas en las mamas (dolor, grietas, mastitis)	76	3,4
Problema de salud de la madre	64	2,9
Problema de salud del lactante	34	1,5
Nuevo embarazo	29	1,3
Consejo de un profesional sanitario	23	1
Total	2.217	100

Tabla 3. Dificultadores de la lactancia manifestados por las madres al alta y al cabo de 1 mes

Dificultadores de la lactancia	Puerperio temprano (n= 544)	Puerperio tardío (n= 502)
Por accesorios (chupetes, tetinas, pezoneras)	110 (20,2%)	106 (21,1%)
Dolor	82 (15,1%)	34 (6,8%)
Por lactancia artificial	73 (13,4%)	76 (15,1%)
Pezón invertido	10 (1,8%)	3 (0,6%)
Enfermedad madre/hijo	9 (1,7%)	10 (2%)

Tabla 4. Motivos de abandono de la lactancia materna de las participantes a lo largo del seguimiento

	Seguimiento				
Motivo de abandono	<2 meses (n= 93)	3-4 meses (n= 62)	5-6 meses (n= 51)	Total (n= 206)	p*
Decisión de la madre	34 (36,6%)	9 (14,5%)	2 (3,9%)	45 (21,8%)	<0,001
Sensación de hipogalactia	25 (26,9%)	13 (21%)	9 (17,6%)	47 (22,8%)	0,19
Sensación de que el recién nacido tiene hambre	36 (38,7%)	26 (41,9%)	10 (19,6%)	72 (35%)	0,042
Incorporación a la vida laboral	0 (0%)	18 (29%)	24 (47,1%)	42 (20,4%)	<0,001
Dolor al lactar	19 (20,4%)	13 (21%)	6 (11,8%)	38 (18,4%)	0,246
Otros	16 (17,2%)	12 (19,4%)	13 (25,5%)	41 (19,9%)	0,25

*χ^2 de Pearson.

Breastfeeding Difficulties	*N* (%)
Cracked nipples	159 (41.0)
Perception of an insufficient amount of milk	139 (35.8)
Pain not associated with cracked nipples	121 (31.2)
Fatigue	117 (30.2)
Breast engorgement	102 (26.3)
Infant's failure to thrive	79 (20.4)
Incorrect latching	74 (19.1)
Perception of own's milk limited nutritional value	68 (17.5)
Mastitis	27 (7.0)
Return to work	17 (4.4)
Prescription drugs	8 (2.1)

Prevalencia de la lactancia materna y factores asociados con el inicio y la duración de la lactancia materna exclusiva en la Comunidad de Madrid entre los participantes en el estudio ELOIN

Tipos de lactancia materna y factores que influyen en su abandono hasta los 6 meses. Estudio LACTEM

Breastfeeding Difficulties and Risk for Early Breastfeeding Cessation.2019

Dolor y lactancia



Breastfeeding Medicine, Vol. 12, No. 3 | Clinical Research

Nipple Pain Incidence, the Predisposing Factors, the Recovery Period After Care Management, and the Exclusive Breastfeeding Outcome

Pawin Puapornpong, Panwara Paritakul, Maysita Suksamarnwong, Siriwan Srisuwan, and Sukwadee Ketsuwan

Published Online: 1 Apr 2017 | https://doi.org/10.1089/bfm.2016.0194



BREASTFEEDING MEDICINE

Mary Ann Liebert, Inc. publishers

Journals | Search | Alerts

Breastfeed Med. 2014 Mar 1; 9(2): 56–62. PMCID: PMC3934541

doi: 10.1089/bfm.2013.0106 PMID: 24380583

Nipple Pain, Damage, and Vasospasm in the First 8 Weeks Postpartum

Miranda L. Buck,[1] Lisa H. Amir,[1] Meabh Cullinane,[1] and Susan M. Donath[2,3], for the CASTLE Study Team

- 36% El motivo de consulta fue dolor
- Múltiples causas
  - Multifactorial
  - Técnica de lactancia subóptima
  - Anquiloglosia
  - Dificultad en el drenado del pecho
  - Dificultades en la succión
  - Isquemia

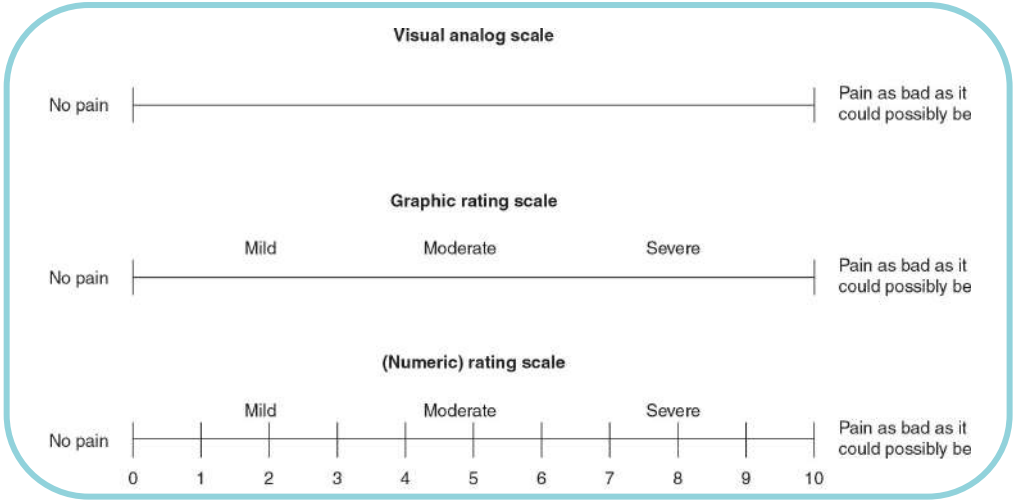
- 79% Presentan dolor antes del alta hospitalaria
- 20% Presentan dolor al final de la 8ª semana posparto

Dolor y lactancia

Valoración del dolor

- ¿Dónde se localiza?
- ¿Cuándo se presenta?
- ¿Cuánto dura?
- ¿Cómo es?

Cuantificación del dolor



Motivos de dolor

Técnica de lactancia subóptima
Dificultad oral y/o dolor del bebé
Pezones invertidos
Congestión vs Ingurgitación
Grietas
Perla de leche

Ampollas
Isquemia del pezón
Eczema
Obstrucción
Mastitis Aguda
Mastitis Subaguda

Técnica de lactancia incorrecta



Técnica de lactancia incorrecta

Nos vamos a los básicos

Postura

Agarre

Posición



Técnica de lactancia incorrecta



Técnica de lactancia incorrecta



Técnica de lactancia incorrecta



Dificultades del bebé







Congestión (subida de la leche)

- Suele coincidir con la subida de la leche
  - Fisiológica
  - Aparece el 3º-5º día posparto
- Recomendaciones
  - Vaciado de la zona
  - Hojas de col
  - Tratamiento farmacológico



Ingurgitación mamaria

- Complicación de la congestión/subida de la leche
  - Tensión mamaria grave
  - No es fisiológica
  - Puede acompañarse de dolor y fiebre
  - Dificulta en la toma por falta de elasticidad de los tejidos



Ingurgitación mamaria

- **Recomendaciones**
  - Antes de la toma:

    Presión inversa suavizante
  - Después de la toma

    Aplicación de frío (hojas de col)
  - Tomas frecuentes (Bebé o extractor)
  - Tratamiento farmacológico

NO aplicar CALOR



Grietas

- Por mala técnica
- Por infección
- Por mordida
- Causas mixtas



Estadios de las grietas



Grietas

Table 2. Some Treatments for Sore Nipples Over the Years		
Warm-water compresses	Lanolin	Saline soaks
Wet tea bags	Vitamin E oil	Hydrogel dressings
Triple antibiotic	Herbal and botanical preparations	Olive oil
All-purpose nipple ointment	Homeopathic preparations	Peppermint water
Peppermint gel	Commercial nipple creams	Expressed breast milk
Virgin coconut oil	A & D ointment	Lotrimin AF
LED phototherapy	Bacitracin	Bactroban
Micatin	Monistat	Medihoney
Systemic antibiotics	Gentian violet	Nifedipine
Soft-laser therapy	Systemic antibiotics	Topical lecithin

Note. LED = light-emitting diode.

Grietas

- Tratar la causa
- Limpiar la grieta con agua y jabón neutro
- Secar con toalla desechable
- Dejar al aire, evitar uso de empapadores
- Si hay signos de infección, derivar

Perlas de leche





Infecciosas



Por tracción

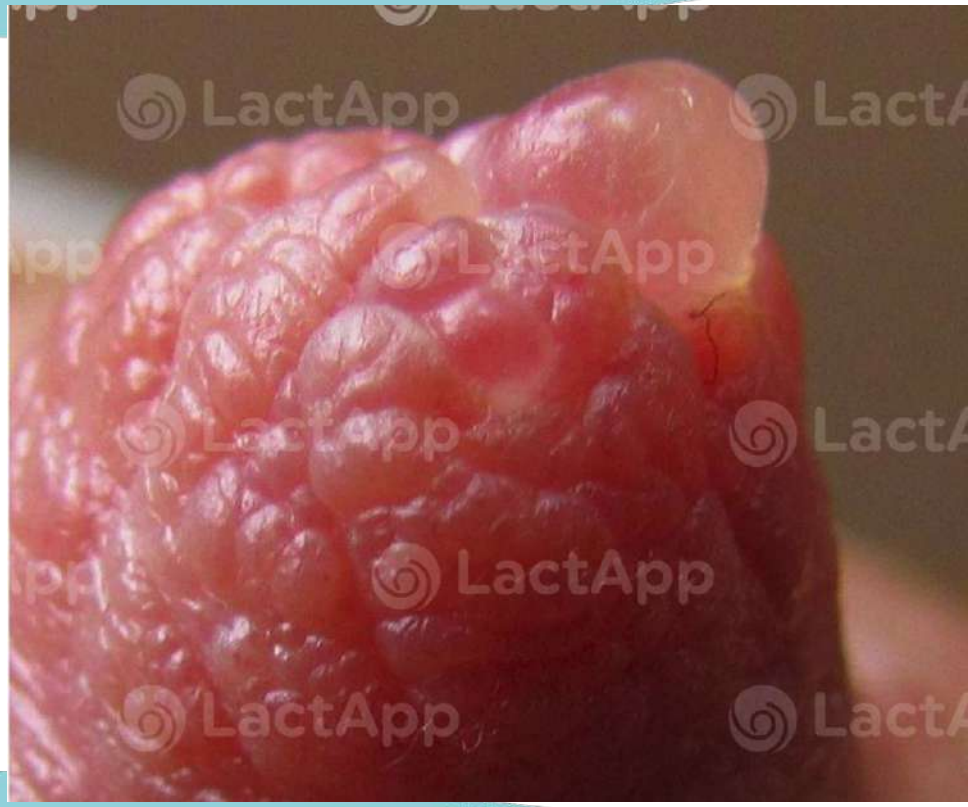
Ampollas

Debidas a dificultades de la succión o por fricción de la lengua con el pezón

Recomendaciones

Revisar técnica

Higiene y evitar maceración



Isquemia del pezón

Puede aparecer después de la toma, si se tiene frío o si hay miedo

Revisar la técnica de la lactancia y las dificultades de succión



Eccema y dermatitis





Problemas dermatológicos: Derviación



Mastitis. El lado oscuro de la lactancia



Dra. Cecilia Castillo Asistente del Servicio de Oncología Clínica, Hospital de Clínicas. Facultad de Medicina, UdelaR. Montevideo

¿Cándida del pezon?



Obstrucción

Técnica de lactancia subóptima
Compresión de ductos
Infección

Recomendaciones

Frío local
Vaciado de la zona (posición del bebé, tapón de cava)
Masaje en “9”
Tratamiento farmacológico
Complicación: Mastitis aguda



Mastitis

	Ingurgitación	Obstrucción	Mastitis aguda
Inicio	Precoz	Tardío	Tardío
Distribución	Bilateral	Unilateral	Unilateral
Extensión	Global	Sectorial	Sectorial
Fiebre	+/-	+/-	+++
Sd Gripal	+/-	+/-	+++

Mastitis aguda

Clínica

Local	General
Unilateral	Fiebre
Eritema	Malestar general
Dolor	Dolor articular
Rubor	Cefalea
Inflamación	Escalofríos
Dolor en la toma	



Mastitis aguda

Recomendaciones

<24 - 48h

- Vaciado del pecho
- Aplicación de frío
- Descanso materno
- Tratamiento antiinflamatorio

Si persiste o empeora

- Derivación para tratamiento
- Complicación:
  - Absceso mamario
  - Sepsis



Absceso mamario

Complicación de una mastitis mal curada

Bulto definido
Fluctúa al tacto
Eritema
Madura



Mastitis subaguda

Clínica

Local

Dolor en la toma y entre tomas

Escozor en el pezón

Dolor punzante en mama y pezón

Reflexo de eyección doloroso

Exploración física normal vs grietas de larga evolución vs perlas de leche vs eritema del pezón



Dientes neonatales

→ 1 de cada 3500 nacimientos
→ Mayor incidencia en niñas
→ En el 85% son los incisivos inferiores
→ Evaluar situación: tratamiento conservador
→ Según molestias en el pecho, en caso de defectos de esmalte, y si no se → puede mejorar el agarre, se liman evitando extracción
→ Exodoncia: movilidad (riesgo de aspiración), neonatal de 15 a 30 días
→ Aparición de llagas en la lengua



Foto de: J. Falgás Franco

Rotura de dientes durante la lactancia

→ La rotura de un diente neonatal puede causar dolor y molestias tanto para el bebé como para la madre durante la lactancia.

→ La lactancia puede verse afectada si el diente roto provoca irritación en los pezones de la madre.



Caso 1



Bebé de 17 días
Observas esta grieta en su pezón

Caso 2



Bebé de 6 meses
Desde hace 6 días presenta esta situación

Caso 4



¿A qué se deben estas ampollas en el pezón?

Caso 4



¿A qué se deben esta grieta?

