

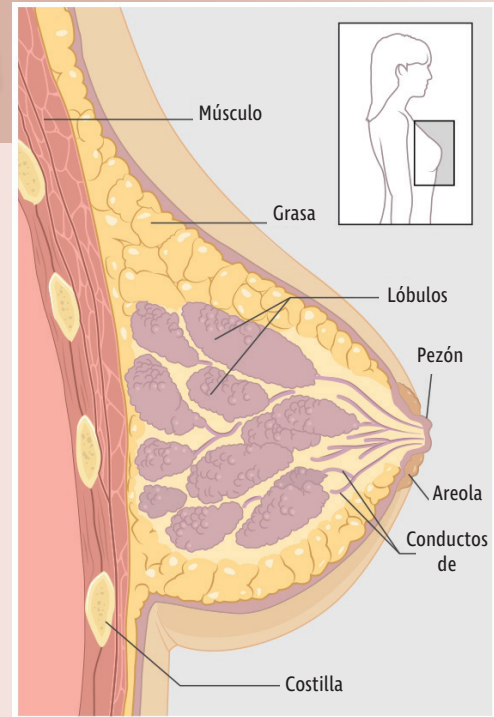
# Conductos Obstruidos

## ¿Qué es un conducto obstruido?

Un conducto es un tubo que transporta la leche materna al pezón. A veces el tubo puede ser bloqueado con leche que se queda en el conducto y crea lo que se llama un conducto obstruido.

Signos de que puede tener un conducto obstruido incluyen:

- o un bulto en o cerca del seno
- o área tibia, roja o dolorosa en el seno
- o tapón blanco en la punta del pezón
- o halón profundo y doloroso en el seno cuando amamanta



Situado en la <https://www.cdc.gov/cancer/breast-site>

## ¿Qué puedo hacer para ayudar?

### ¡Siga amamantando!

- Antes de amamantar, aplique calor al conducto obstruido.
- Masaje el seno antes, durante y después de la alimentación. Comience en los bordes exteriores del seno y muévase desde el conducto obstruido hacia el pezón. Es posible que tenga que masajear debajo del brazo dependiendo de dónde esté el conducto obstruido.
- Empiece a alimentar en el seno que tiene el conducto obstruido para obtener un buen flujo de leche.
- Cambie la posición de alimentación del bebé para drenar todas las partes del seno. Apunte la barbilla o la nariz del bebé hacia el conducto obstruido.
- Si el bebé no puede amamantar, extraiga con su mano o use una extractora de leche materna.

Recuerde cuidarse a sí misma – beba agua, coma saludablemente y descanse lo más que pueda. Un tapón liberado puede ser grueso o fibroso y puede lucir marrón, verde o amarillo. El bebé puede escupirlo o tragarlo. No va a hacerle daño a su bebé.

### Evite lo siguiente para reducir el riesgo de conductos obstruidos:

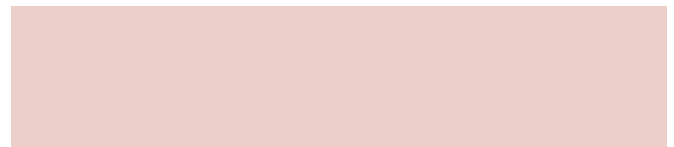
- Periodos largos sin sacarse la leche.
- Ropa o sujetadores o "bras" demasiado apretados.
- Artículos que podrían detener el flujo de leche como bolsos de pañales, mochilas, carteras/bolsos o portabebés con correas apretadas.

### LLAME A su médico si desarrolla:

- Fiebre
- El dolor aumenta o es constante
- Síntomas parecidos a la gripe o "Flu"

### Información Adicional:

- Si tiene preguntas o preocupaciones, llame a su clínica local de WIC.



- Comuníquese con su consejera local de lactancia o busque ayuda en [www.ohiobreastfeedingalliance.org/breastfeedinghelp.html](http://www.ohiobreastfeedingalliance.org/breastfeedinghelp.html)



- Aquí encuentre dos "links" útiles:  
[www.llli.org](http://www.llli.org)  
[www.kellymom.com](http://www.kellymom.com)

