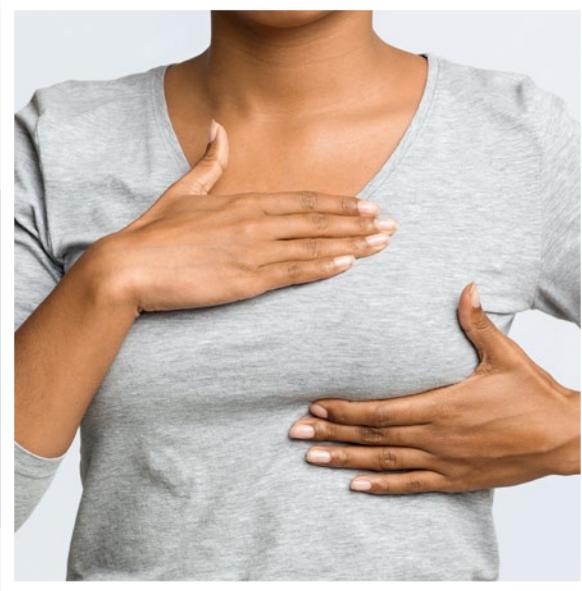


# Conductos obstruidos

Los conductos de leche se obstruyen cuando la leche se queda estancada en una zona particular del seno.



## ¿Cuáles son los signos y síntomas?

Se siente un bulto firme, del tamaño de una pelota de golf, que puede ser o no ser doloroso. Podrías notar una reducción en tu producción de leche en el seno afectado.

## ¿Cuál es la causa de la obstrucción?

Una de las principales razones es no amamantar o extraer leche con suficiente regularidad. Otra razón puede ser haber usado una pezonera del tamaño incorrecto.

## ¿Qué puede ayudar?

- Amamanta a tu bebé o extrae leche como lo haces normalmente, pero no trates de vaciar los senos.
- Evita dar un masaje profundo a los senos, eso puede empeorar las cosas.
- Para reducir la inflamación y el dolor, usa compresas frías y toma ibuprofeno según las instrucciones del médico.

## Habla con tu proveedor de atención médica si:

- los síntomas no mejoran en las siguientes 24 horas,
- el dolor aumenta con el tiempo,
- la piel del seno enrojece o se siente caliente al tacto,
- te sientes mal o tienes fiebre.

**Para más consejos, visita el sitio web [CadaOnzaCuenta.com](https://CadaOnzaCuenta.com).**

Para recibir apoyo e información 24/7 y sin costo alguno de una consejera de lactancia, llama a la Línea de Ayuda con la Lactancia en Texas al 855-550-6667.

**WIC te ofrece recursos, alimentos saludables y más. Solicita los beneficios aquí:**



Visita nuestro sitio web en [TexasWIC.org](https://TexasWIC.org).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

© 2023 Todos los derechos reservados. Stock no. 13-06-16540-13A Rev. 11/23

