

# Cuando Leche Gotea de los Senos

(Leaking Breasts)

Si la leche gotea de los senos cuando no está dando el pecho al bebé, los consejos que se presentan a continuación pueden ayudarle:



- ♥ Déle el pecho al bebé a menudo.
- ♥ Déle el pecho al bebé antes de tener relaciones sexuales.
- ♥ Use almohadillas de lactancia o ‘nursing pads’ (protectores absorbentes que se llevan en el sostén o brassiere) sin forro de plástico. Cámbielas a menudo para prevenir problemas de pezones adoloridos. Usted también puede hacer almohadillas de lactancia a mano cortando pañuelos, pañales o toallitas.
- ♥ No se vista con ropa de un solo color o con ropa hecha de tela tal como seda. Es mejor usar ropa que tenga un modelo de flores, ajedrezado, etc. Este tipo de diseño (flores, ajedrezado) hace que sea más difícil ver el goteo de leche.
- ♥ Presione los antebrazos contra sus senos para controlar el goteo de la leche cuando está en público.

*¡Su leche le ofrece a su bebé beneficios de salud que permanecen durante toda la vida!*

DEPARTMENT OF  
**HEALTH**

Programa Promoción y Apoyo de la Lactancia  
Línea del Bebé Saludable  
1-800-986-BABY



Programa WIC de Pennsylvania  
1-800-WIC-WINS  
2001