

Extracción Manual de Leche Materna



EXTRACCIÓN MANUAL DE LECHE

Esta Indicada cuando:

- Se suspende la lactancia por hospitalización de la madre.
- El niño no puede succionar, esta hospitalizado o enfermo, para no suspender la lactancia
- Los niños son prematuros o de bajo peso.
- Los niños tiene labio y/o paladar hendido.
- La madre se encuentra trabajando.
- Sus senos están congestionados.



PASOS PARA LA EXTRACCIÓN

1. Lávese muy bien las manos y tome un recipiente plástico y estéril.
2. Coloque la mano sobre el seno a extraer y realice masaje circular suave, rotando el sitio de masaje.



1. Coloque la mano en forma de C, el pulgar por encima y los otros dedos por debajo y atrás del pezón y la areola.



Mano Derecha



Mano Izquierda



4. Haga presión suave y lleve la mano hacia las costillas y luego presione hacia delante. Rote los dedos índice y pulgar como imprimiendo una huella digital presionando y soltando sin maltratar el seno.



Empujar hacia la pared del pecho

Girar

Terminar el giro

evite hacer los siguientes movimientos

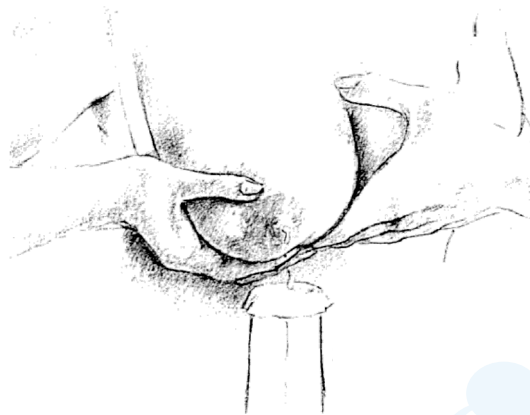


1.

2.

3.

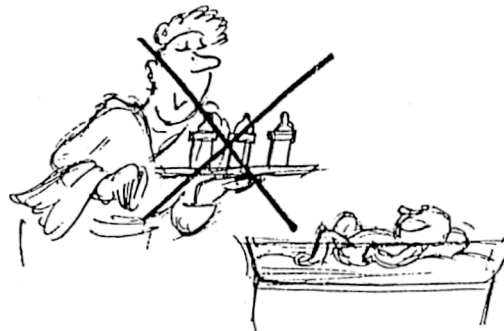
5. Recolecte la leche en el recipiente plástico estéril



6. Al terminar la extracción tape el Frasco y siga las instrucciones para conservarla y transportarla.

RECOMENDACIONES

- Nunca combine leche materna con otros preparados.
- No reutilice la leche materna.
- Marque cada tetero con nombre completo, fecha y hora de la extracción.
- Lávese muy bien las manos antes de extraer la leche.
- Mantenga las uñas cortas y limpias.
- Retírese las joyas y relojes durante la extracción y la manipulación de la leche.
- Realice aseo general corporal diario.
- Todo lo que utilice para recolección de leche materna debe ser plástico.
- **No usar chupo**, facilita las infecciones, la confusión de pezones y fallas en el proceso de lactancia.
- Recuerde los mamadores son difíciles de limpiar, pueden contaminar la leche materna y lastimar los pezones.



COMO CONSERVAR LA LECHE MATERNA

Una vez extraída la leche en un recipiente limpio debe colocarse en un lugar fresco y no expuesto al sol, y si es posible en la nevera.

La leche extraída se conserva al medio ambiente 8 horas, si está en la puerta de la nevera hasta 48 horas, y si se congela hasta 2 meses.

En un mismo recipiente puede recoger lo que se extrae en 6 horas.

La extracción de leche debe hacerse cada 3 horas para estimular la producción.

Una vez descongelada la leche materna no debe durar más de 4 horas a temperatura ambiente o en la puerta de la nevera más de 24 horas. **Nunca volver a congelar.**

Siempre use primero la leche con fecha de recolección más antigua.

COMO TRANSPORTAR LA LECHE MATERNA

Verifique que el recipiente esté bien tapado, introdúzcalo en una bolsa con cubos de hielo en posición vertical para evitar que se riegue o se contamine.