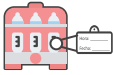


RECOMENDACIONES



Retírese las joyas y reloj, lávese las manos, y tome el **recipiente de vidrio estéril**.



Recolecte en recipiente de **vidrio estéril**, márkelo con fecha y hora de la extracción.



Nunca combine leche materna con otros preparados.



No usar chupo porque facilita las infecciones, confusión de pezones y fallas en el proceso de lactancia.



Los recolectores y extractores son difíciles de limpiar, pueden contaminar la leche materna y lastimar los pezones.



Siempre use la leche con la fecha de almacenamiento más antigua.

CONSERVACIÓN DE LA LECHE



Nevera

12 Horas



Congelada

3 meses

Elaborado por Programa Madre Canguro Integral
Prohibido reproducir parcial o totalmente sin autorización

RECOMENDACIONES PARA EL ALMACENAMIENTO

Si está almacenando la leche materna en el congelador o refrigerador en su nevera, evite guardar los frascos de vidrio en la puerta, para evitar los cambios de temperatura que ocurren al abrir y cerrar la puerta.

Colóquese en un recipiente limpio.

Manténgase en un lugar fresco, no expuesto al sol

Siempre **use primero** la leche con la fecha de almacenamiento más antigua.



RECOMENDACIONES PARA EL TRANSPORTE DE LA LECHE MATERNA

Verifique que el recipiente debe estar bien tapado, **colóquelo** en una bolsa de hielo en posición vertical para evitar que se riegue o se contamine.

Se puede transportar de manera segura en nevera de icopor con hielo, pilas refrigerantes y/o con botellas de agua congelada.

Una vez llegue a su hogar, ofrezca la leche materna al bebé (previamente debe llevarla a temperatura ambiente) o almacenarla refrigerada o congelada



Elaborado por Programa Madre Canguro Integral
Prohibido reproducir parcial o totalmente sin autorización



SC-CER15854



EXTRACCIÓN Y CONSERVACIÓN DE LA LECHE MATERNA



Elaborado por Programa Madre Canguro Integral - Prohibido reproducir sin autorización

EXTRACCIÓN MANUAL DE LECHE

ESTÁ INDICADA CUANDO:



Se suspende la lactancia por hospitalización de la madre



El niño no puede succionar, está hospitalizado o enfermo, para no suspender la lactancia.



Los niños son prematuros o de bajo peso

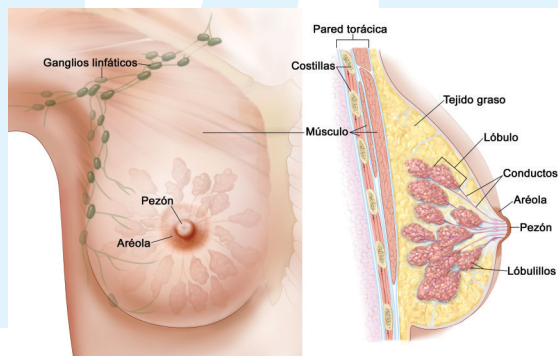


La madre se encuentra trabajando.



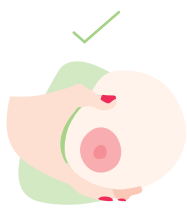
Sus senos están congestionados

ANATOMÍA DEL SENO Y LA MAMA



POSICIÓN CORRECTA

Evita hacer los movimientos de halar el pezón, oprimir el seno hacia adelante.



PASOS PARA LA EXTRACCIÓN

- 1 Retírese las joyas y reloj



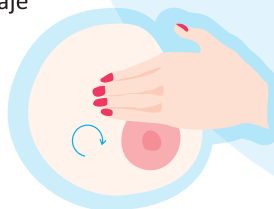
- 2 En caso de cursar con un proceso viral, utilizar mascarilla desechable y eliminarla después de su uso.



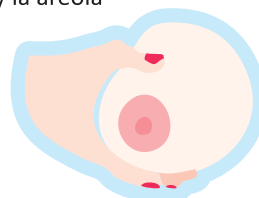
- 3 Realizar lavado de manos antes de la extracción con agua y jabón por al menos 20 segundos



- 4 Coloque la mano sobre el seno a extraer y realice masaje circular suave, rotando el sitio del masaje

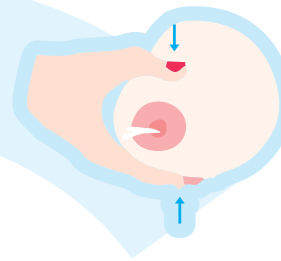


- 5 Coloque la mano en forma de C, el pulgar por encima y los otros dedos por debajo y atrás del pezón y la areola

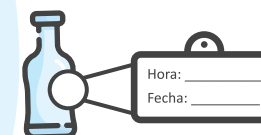


PASOS PARA LA EXTRACCIÓN

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



- 7 Una vez vaciada la leche en el recipiente, éste debe quedar sellado evitando derrames y contaminación; se debe rotular con fecha y hora de la extracción.



- 8 Al terminar la extracción tape el frasco y siga las instrucciones para conservarla y transportarla

- 9 Finalmente, realizar lavado de manos con agua y jabón por al menos 20 segundos, después de la extracción.

ALMACENAMIENTO

Al terminar la extracción de leche materna, se tapa el recipiente de **vidrio** con tapa rosca y se marca con fecha y hora de extracción y se coloca en congelador.

