

# CUIDADOS PARA EL EXTRACTOR DE LECHE



Un sacaleches adecuado.

Tener entereza y perseverancia.

Una buena técnica de extracción manual.

Saber el uso correcto del extractor.



La lactancia materna asegura la **MEJOR ALIMENTACIÓN A SU BEBÉ**, pero a la hora de extraerla y resguardarla, es importante tener en cuenta que los gérmenes pueden crecer con rapidez en las piezas del extractor.

Por lo que su limpieza se vuelve parte esencial en su uso y del éxito de la lactancia materna continua.



- \* Lávese las manos con agua y jabón por 30 segundos.
- \* Al armar el extractor inspeccione si este y los tubos están limpios, si tienen moho o alguna otra suciedad producto de estar guardado.
- \* Tenga a mano un juego de tubos como repuesto en caso de que se ensucie o se rompa el que tiene.

## LIMPIEZA ANTES DE USAR

- \* Si observa leche, moho u otra cosa internamente, deséchelos de inmediato ya que no es fácil limpiarlos por lo que no es seguro utilizarlos.
- \* Cámbielos por unos nuevos y busque la posible causa, como un cambio de válvulas o membranas o los tubos estaban mal conectados a la bomba.
- \* Si la parte exterior de los tubos estuviera sucia, límpiela con un paño húmedo o una toallita desinfectante.
- \* Asegúrese que los recipientes de almacenaje de la leche materna estén de igual manera limpios y secos aptos refrigerar o congelar.

# DESPUÉS DEL USO Y LO ANTES POSIBLE

Guarde de forma segura la leche.

Cierre bien el envase o la bolsa que va a utilizar, **rotule con nombre, fecha y hora** colóquela en el refrigerador, congelador o hielera de transporte con hielo.



Limpie exhaustivamente el espacio que utilizó, el extractor u otros implementos utilizados, en especial si es compartido, con toallitas húmedas desinfectantes.

Desarme y revise muy bien el extractor, los tubos y separe todas las partes.

## PARA LAVAR LOS MATERIALES EN USO

- Tenga un recipiente exclusivo solo para este fin, no ponga las partes del extractor en el fregadero, hay gérmenes en los fregaderos o drenajes que pueden contaminar el extractor
- Llene el utensilio con agua caliente y jabón.
- Lave los componentes con un cepillo limpio destinado solo para esto.
- Enjuague con del agua del grifo o sumérgalas en agua fresca
- Permita secar bien al aire, coloque las partes del extractor, el recipiente y el cepillo en una toalla de cocina limpia y exclusiva para este fin en un área donde no haya polvo ni suciedad
- No use una toalla de uso común en la cocina podría arrastrar gérmenes con ellos.
- También puede hervir las piezas colóquelas las aptas para poner a hervir según instrucciones del fabricante en una olla, agregue agua hasta cubrirlos espere a que hierva el agua y deje hervir por 5 minutos, saque las piezas con pinzas
- Deje secar bien las piezas del extractor, recipientes, cepillos de lavado antes de guardar, esto ayuda a prevenir la proliferación de gérmenes y moho.
- Lávese bien las manos con agua y jabón, arme de nuevo
- Guárdelo de forma segura en un lugar limpio y protegido o en una bolsa para almacenar alimentos evitando que se contamine durante su almacenamiento.

**Si los tubos del extractor de leche materna se usan correctamente, no deberían ser tocados por la leche extraída, por lo tanto, no será necesario limpiarlos habitualmente.**

**“NO ES RECOMENDABLE COMPARTIR EL EXTRACTOR”**

Pero, si lo comparte, límpielo pieza por pieza, inclusive el interruptor de encendido y cables con una toallita húmeda desinfectante y si nota algún problema coméntelo con quien lo comparte.