

PROTOCOLO DE EXTRACCIÓN DE LECHE MATERNA

MASAJE 1

La preparación para la extracción del calostro comenzará con la realización de un masaje en tres fases. Antes de proceder al masaje habrá que lavar las manos con agua y jabón.

Comenzamos con un masaje en círculo con **los dedos** alrededor de la areola



Continuamos la estimulación con **los nudillos** por todos los radios de la mama

Por último, se realiza una **barrida** en todos los ángulos **desde la parte exterior del pecho hasta el pezón**



PREPARACIÓN 2

Colocar el dedo pulgar encima de la areola y el resto de dedos por debajo, en **forma de C**



Cada madre debe de buscar el lugar en el que se sienta más agusto y mejor le funcione para proceder a la extracción.



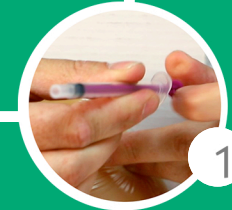
Comenzamos llevando el pecho hacia las costillas

... y presionamos los dedos como si quisiéramos juntarlos a través de la mama



RECOLECCIÓN 3

Antes de comenzar la recogida del calostro, **movilizamos la jeringa** para que sea más fácil su uso



Hacemos la extracción y recogemos **con la jeringa**

También, podemos **recoger el calostro** con una **cuchara**, previamente lavada, para que sea más sencillo



y recoger el calostro acumulado con la jeringa

ALMACENAMIENTO 4

Una vez recogido el calostro **cerrar la jeringa con el tapón**



Introducir la jeringa dentro del envase y etiquetar

Guardar en la nevera hasta la próxima extracción (nunca en la puerta del electrodoméstico).

En el caso de que sea la **última extracción** del día, la jeringa **se almacenará en el congelador** hasta el momento en el que se administre al bebé.

La extracción puede resultar más sencilla después de un baño caliente, ya que el calor puede ayudar a que el calostro fluya.

Repetir el proceso de forma rítmica hasta que salgan los primeros brillos o gotas de calostro para proceder a la recolección

Realizar el proceso alternando ambos pechos durante un máximo de 10 minutos

El calostro que se extraiga en 24 horas puede almacenarse en una misma jeringa. **Debe usarse una jeringa nueva cada día.**

en colaboración con

 Hospital Universitario
Fundación Alcorcón

