ENSEÑANZA EXTRACCIÓN MANUAL DE LECHE

¿CUANDO USARLA?

- Extracción de calostro los primeros días para iniciar o aumentar la producción.
- Separación de madre y recién nacido.
- Retraso de primera toma.
- RN ingresado en Neonatos.
- Lactancia diferida: grietas, dolor, problemas de succión o agarre del RN.
- Prevenir o disminuir la congestión, mastitis, obstrucciones.
- Descarga en pechos muy llenos.

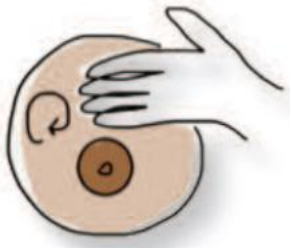
Complejo Asistencial Universitario de Salamanca | Sacyl | Junta de Castilla y León

EXTRACCIÓN LECHE MATERNA

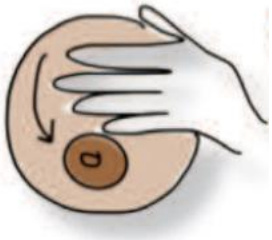
1. EXTRACCIÓN MANUAL

ESTIMULACIÓN SALIDA DE LECHE

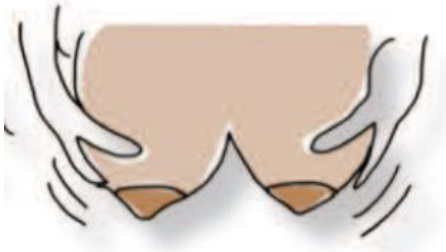
a. **Higiene de manos**
b. **Masaje**



MASAJEAR



FROTAR

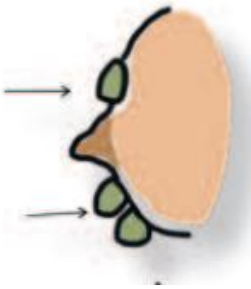


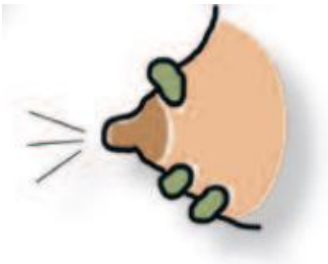
SACUDIR

c. **Extracción:**

TÉCNICA DE MARMET

Coloca el pulgar y los dedos índice y corazón a 3-4 cm del pezón, presiona el pecho hacia las costillas, “ordeña” con los dedos hacia el pezón.





EXTRACCIÓN LECHE MATERNA

2. EXTRACCIÓN CON EXTRACTOR DE LECHE:

- **Antes de comenzar:** higiene de manos y masaje de preparación igual que para la extracción manual.

Importante elegir tamaño adecuado de copa

Extractor eléctrico:

- Simple y doble
- Inicialmente → tracciones cortas y rápidas.
- Cuando se objetive salida de leche→ aspiraciones largas y uniformes.
- El proceso completo suele durar entre 20-30 min.

USANDO EL SPECTRA PARA CALOSTRO

1. Masaje manual durante 1 min.
2. Colocar la campana extractora en el pecho y encender el extractor.
3. Presionar 70 ciclos nivel presión nivel 3-4 durante 1-2 min.
4. Cambiar a 42 ciclos, nivel 4-7 durante 3-8 min.
5. Disminuye a 38 ciclos, nivel 6-8 de presión durante 5 min.
6. Apaga el extractor.
7. Exprimir a mano durante 5-7 min para extraer el calostro.

USANDO EL SPECTRA PARA LECHE

1. Velocidad 70/succión 3(o más alta succión confortable.
2. Velocidad 38/5-8 succión: hasta que el flujo de leche disminuya.
3. Masaje manual 30-60 min.
4. Velocidad 70/succión 3(o más alta succión confortable. Hasta que la leche comience a fluir de nuevo.
5. Velocidad 38/5-8 succión: hasta que el flujo de leche disminuya.
6. Velocidad 54/ succión mas alta confortable, durante unos minutos al final.

A TENER EN CUENTA:

- Al principio es normal que no salga leche o solo gotitas, con la práctica será cada vez más fácil.
- Lo más importante son la frecuencia de extracciones. No menos de 6-8 extracciones al día y mínimo una de ellas nocturna.
- La liberación de prolactina puede inducirse por diferentes tipos de estimulación del pezón y vaciado de las mamas. El más satisfactorio es la succión del bebé, pero también puede ser efectiva la extracción manual y mecánica. La respuesta es mayor durante la noche que durante el día. Los niveles más altos se dan entre las 02:00-06:00 am.
- La extracción manual es más importante que la estimulación mecánica, sobre todo los primeros días.
- " Cuanto antes mejor ". Extracción en la primera hora de vida, por el pico de oxitocina, aumento de volumen de calostro en la primera toma.

Lactancia materna: fuente inagotable de vida y salud

Complejo Asistencial Universitario de Salamanca | Sacyl | Junta de Castilla y León