

# CÓMO MANTENER LIMPIO EL EXTRACTOR DE LECHE MATERNA

La leche materna es una de las mejores cosas que puedes darle para la salud y el desarrollo de tu bebé. Además de darle el pecho puedes extraerte la leche para darle leche materna a tu bebé. Sin embargo, los microbios pueden multiplicarse rápidamente en la leche materna o en el residuo de leche que queda en las partes del extractor. Si tu bebé nació prematuramente o tiene otros problemas de salud, el proveedor de atención médica del bebé podría darte más recomendaciones sobre cómo extraerse la leche materna de manera segura.

Sigue estos pasos para mantener tu extractor de leche limpio y ayudar a proteger a tu bebé de los microbios.

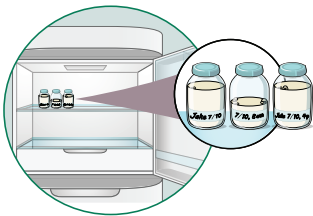


## ANTES DE CADA USO:



1. Lávate las manos con agua y jabón durante 20 segundos.
2. Inspecciona y arma el extractor limpio. Si los tubos tienen moho, deséchalos y reemplázalos inmediatamente.
3. Limpia con toallitas desinfectantes el botón de encendido y la superficie donde lo pondrás, especialmente si está utilizando un extractor compartido.

## DESPUÉS DE CADA USO:



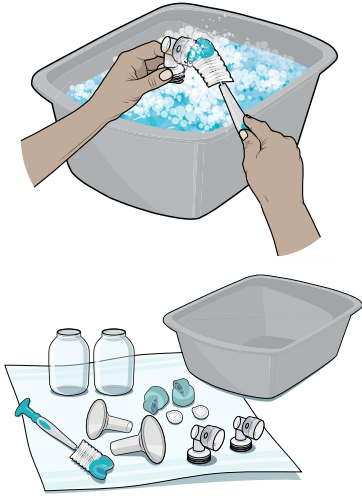
1. Guarda la leche de manera segura. Tapa la botella de recolección de leche o sella la bolsa de recolección de leche, ponle una etiqueta con la fecha, e inmediatamente colócala en el refrigerador, el congelador o en una bolsa térmica con paquetes de hielo.
2. Desarma y revisa el extractor. Quita los tubos del extractor y separa todas las partes que entren en contacto con el pecho o la leche materna como las copas, válvulas, membranas, conectores y botellas de recolección de leche.
3. Limpia el extractor. Tan pronto como sea posible después de extraer leche, limpia las partes del extractor que entren en contacto con el pecho o la leche materna con agua corriente.



Para más información, comunícate con la Unidad de Servicios Comunitarios de Prevención y Educación al **787.277.6571**.

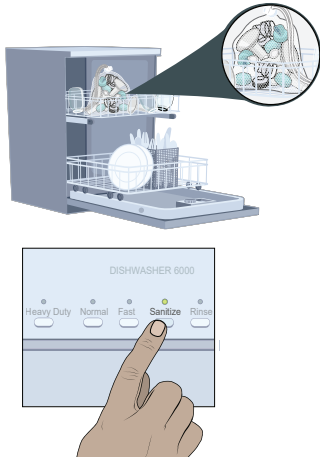
## LIMPIAR EL EXTRACTOR

### Lavar a mano:



1. Coloca las piezas del extractor en un recipiente limpio que uses solo para los artículos de alimentación del bebé.
2. Agrega en un recipiente agua caliente y jabón para lavar el extractor.
3. Restriega las partes con un cepillo limpio que uses solo para los artículos de alimentación del bebé.
4. Enjuaga las partes bajo el agua corriente o sumergiéndolos en agua fresca dentro de un recipiente separado que uses solo para limpiar los artículos de alimentación del bebé.
5. Seca completamente al aire. Coloca las partes del extractor, el recipiente para lavar y el cepillo para biberones sobre una toalla de cocina limpia sin usar o una toalla de papel, en un área que esté protegida de la suciedad y el polvo. No uses la toalla de cocina para secar los artículos porque de esa manera podría transferir microbios a los artículos.

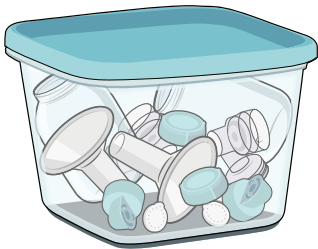
### Lavadora de platos



### ¡No coloques las piezas del extractor directamente dentro del lavamanos!

1. Lava las piezas del extractor en la lavadora de platos, si el fabricante del extractor lo recomienda para lavadora de platos. Asegúrate de colocar los artículos pequeños en una canastilla cerrada o en una bolsa de red. Agrega jabón y, si es posible, usa la función de lavado con agua caliente y el ciclo de secado en caliente (o de desinfección).
2. Retira de la lavadora de platos con las manos limpias. Si los artículos no están completamente secos, colócalos sobre una toalla de cocina limpia sin usar o una toallita de papel, para que se sequen al aire completamente antes de guardarlos.

## DESPUÉS DE LIMPIARLOS



Para una mayor eliminación de microbios, desinfecta las piezas del extractor, el recipiente de lavado y el cepillo para biberones al menos una vez al día después de limpiarlos.

Guarda los artículos secos de manera segura hasta que los necesites. Asegúrate de que las piezas limpias del extractor, los cepillos para biberones y los recipientes de lavado se hayan secado al aire completamente antes de guardarlos.