

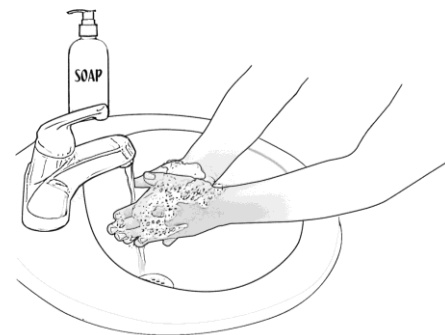
Cómo mantener limpio el kit de extracción de leche materna

(Keeping your breast pump kit clean)

La alimentación con leche materna es una de las mejores cosas que puede hacer por la salud de su bebé. Es importante mantener limpias las partes del extractor de leche. Pueden crecer gérmenes en las partes del extractor que no se laven. Siga estos pasos para proteger su leche y a su bebé.

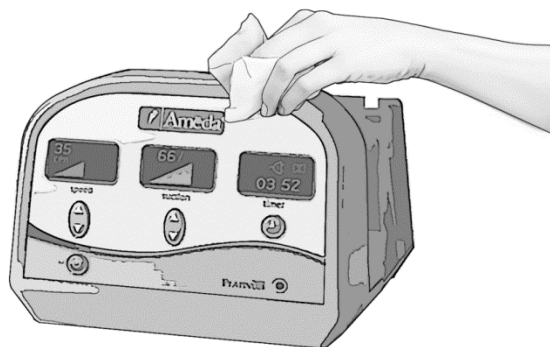
Artículos que necesita:

- Un lavabo o recipiente
- Jabón de Castilla o detergente suave para lavar vajilla
- Toalla desechable o paño limpio
- Toallas desinfectantes
- Toallas de papel.



¿Qué debo hacer antes de usar el extractor?

- Lávese las manos con agua y jabón durante un mínimo de 20 segundos.
- Junte todas las piezas del kit. Revíselas con atención. Lave todas las piezas que se vean sucias. Cambie los tubos mohosos o las piezas dañadas.
- Limpie el área de succión. Use toallitas desinfectantes para limpiar el extractor (el frente del extractor, los diales y el interruptor) y los mostradores u otras superficies.

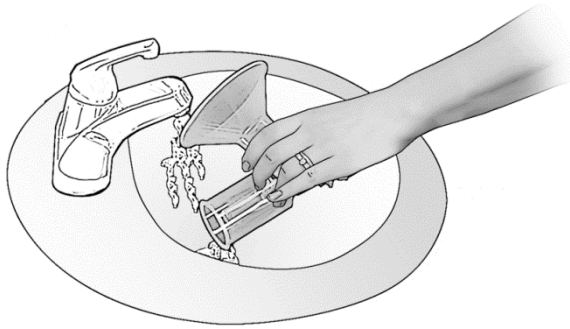


¿Qué debo hacer después de usar el extractor?

- Limpie el área de succión. Use toallitas desinfectantes para limpiar el extractor (el frente del extractor, los diales y el interruptor) y los mostradores u otras superficies.
- Para eliminar restos de leche, enjuague bajo el agua del grifo las piezas del extractor que hayan estado en contacto con los senos o la leche materna.
- Después de extraer la leche, lave lo antes posible las piezas del extractor que entren en contacto con los senos o con la leche materna.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cómo mantener limpio el kit para extracción de leche materna, continuación



¿Cómo debo lavar las piezas del extractor?

Use un lavabo o recipiente que solo se use para lavar las piezas del extractor y los productos para alimentar al bebé. Siga estos pasos:

- Desarme el extractor después de lavarlo. Coloque en un lavabo limpio las piezas que toquen los senos o la leche humana. No coloque las piezas del kit directamente en el fregadero.
- No es necesario lavar los tubos ni las piezas que no entren en contacto con los senos o con la leche materna. Si la parte exterior de los tubos está sucia, límpiela con un paño limpio y húmedo o una toallita desinfectante.
- Añada jabón y agua caliente al lavabo.
- Lave las piezas en el agua caliente y jabón con la ayuda de un paño desechable, un paño limpio o una toalla de papel. Tire el agua jabonosa. Coloque las piezas en toallas de papel limpias y enjuague el lavabo.
- Enjuague las piezas bajo el agua del grifo o llene el lavabo con agua limpia.
- Deje secar las piezas en toallas de papel limpias o en un paño desechable colocado en la parte inferior del lavabo limpio y seco.
 - Cubra las piezas con toallas de papel limpias si no va a usar el extractor en las próximas 2 o 3 horas.
 - Si necesita utilizar el extractor de inmediato, puede secar las piezas con toallas de papel limpias.
 - Deje todas las partes afuera para que se sequen por completo antes de guardarlas.



¿Qué más necesito saber?

- Si usa un cepillo para biberón, úselo únicamente en las partes rígidas del extractor (no en las flexibles de silicona). Enjuague y seque bien el cepillo después de cada uso. Lave el cepillo para biberón cada 2 o 3 días en el lavavajillas o con agua caliente y jabón.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cómo mantener limpio el kit para extracción de leche materna, continuación

- También puede esterilizar las piezas del extractor que entran en contacto con los senos o con la leche materna en el lavavajillas o en bolsas de vapor para limpiar extractores y productos de alimentación infantil. La esterilización de artículos en el lavavajillas es un lavado a fondo con agua mucho más caliente (hirviendo).

¿Cómo puedo esterilizar las piezas en el lavavajillas?

El extractor se puede lavar en el lavavajillas en vez de hacerlo a mano. Coloque las piezas en una cesta cerrada o en una bolsa para lavado en la rejilla superior. Agregue detergente y seleccione el ciclo de lavado con agua caliente y secado con calor o la opción de esterilización.

¿Cómo puedo esterilizar las piezas en una bolsa de esterilización a vapor?

Para eliminar la mayor cantidad de gérmenes, esterilice las piezas del extractor por lo menos una vez al día.

Cómo esterilizar las piezas con una bolsa de esterilización con vapor

- Primero, lave las piezas del kit como se describió en la página 2 de esta hoja informativa.
- Coloque las piezas limpias del kit en la bolsa para la esterilización con vapor.
- Siga las instrucciones impresas en la bolsa.
- Use el microondas de su casa o de la sala de lactancia del hospital para esterilizar una vez por día las piezas del kit (además de lavarlas).
- Tenga cuidado al retirar la bolsa del microondas y al abrirla, ya que el vapor puede causar quemaduras.
- Deje las piezas afuera para que se sequen por completo antes de guardarlas.



Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.