

ANEXO 2. EXTRACCIÓN, RECOGIDA Y MANTENIMIENTO DE LECHE MATERNA COVID + EN PLANTA COVID +.

Cuando la madre a pesar de estar ingresada con COVID + desee seguir dando su leche a su hijo, siendo ésta exenta de riesgos para el bebé por la medicación de la madre, le proporcionaremos todo lo necesario para la extracción, recogida y mantenimiento de la leche materna.

1. RECURSOS MATERIALES NECESARIOS

Sacaleches de uso individual, recipientes adecuados para uso alimentario, bolsas con cierre ZIP, nevera, gasas, solución de alcohol, desinfectante de superficies, agua y jabón o solución hidroalcohólica, detergente para lavado de las piezas del sacaleches.

2. CUÁNDO INICIAR LA EXTRACCIÓN

- En cuanto la madre se encuentre en condiciones, idealmente en las primeras 6 horas, y si es posible incluso en la primera hora.
- Realizar estimulación/extracción c/2-3 horas, con un mínimo de 8-10 veces/día. Evitar períodos prolongados sin extracción.

3. PREPARACIÓN PARA LA EXTRACCIÓN

- Elegir el método de extracción: manual con técnica Marmet, como mecánico con sacaleches manual o eléctrico
- Respetar las normas habituales de extracción de LM con algunas modificaciones para disminuir el riesgo de contagio del SARS-CoV-29, debiendo informar a la madre sobre la técnica y precauciones especiales:
 - o Colocación de mascarilla antes de iniciar la extracción manual o de manipular los botes o piezas del sacaleches.
 - o Higiene cuidadosa de manos previo al inicio de la extracción manual o manipulación de botes y piezas del sacaleches con agua y jabón, durante al menos 20 segundos, o utilizar un desinfectante de manos que contenga como mínimo un 60% de alcohol.
 - o Intentar evitar la contaminación de los pechos con secreciones respiratorias (estornudos, tos...) manteniéndolos cubiertos. Si existen dudas sobre esta contaminación podría ser recomendable lavar el pezón en el momento de la extracción con agua o jabón.

4. EXTRACCIÓN.

Para cualquiera de los métodos de extracción, en primer lugar hay que ESTIMULAR LA SALIDA DE LA LECHE.

- Realizar la extracción con alguna pertenencia o foto del bebé cerca.
- Masajear todo el pecho, usando un movimiento circular con los dedos en un mismo punto, sin deslizarlos sobre la piel, tratando de dirigir la leche hacia la

areola y el pezón a medida que se masajea. Empezar en el contorno externo del pecho e ir cambiando la zona acercándose progresivamente a la areola.

- Deslizar los dedos suavemente desde la inserción del pecho hacia el pezón.
- Sacudir suavemente ambos pechos inclinándose hacia delante.



4.1 EXTRACCIÓN MANUAL. TÉCNICA DE MARMET. Ver Anexo 5

- Se recomienda Instruir a **todas las** madres en la técnica, antes del alta del hospital.
- Dar información escrita para reforzar la técnica (Anexo 1)

4.2 EXTRACCIÓN CON SACALECHES: MANUAL O ELÉCTRICO.

Ver Anexo 6. INDICACIONES PARA LA EXTRACCION DE LECHE MATERNA

5. LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO DEL SACALECHES TRAS CADA EXTRACCIÓN EN MADRE COVID +:

- El sacaleches es de uso personal y NUNCA COMPARTIDO CON OTRAS MADRES.
- Aplicar todas las medidas generales de prevención de infecciones. Importante seguir las instrucciones de limpieza y esterilización del sacaleches tras cada uso, siguiendo las normas del fabricante y las recomendaciones del CDC.
- Enjuagar todo el equipo de extracción que ha estado en contacto con el pecho con agua corriente fría y limpia.
- Lavar el equipo de extracción con agua caliente y detergente doméstico, enjuagar con agua corriente y secar con una toalla de papel.
- Limpiar el motor del sacaleches con limpiador de superficies enzimático, pero sin pulverizar directamente sobre él, sino sobre un paño.