

PASOS PARA LA

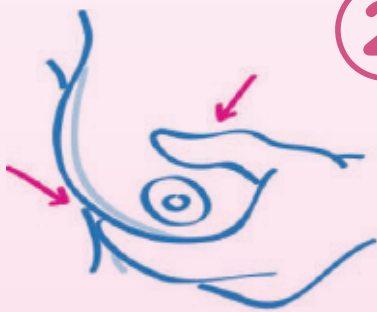
EXTRACCIÓN DE LA LECHE MATERNA



1 Para estimular la bajada de la leche, ayuda darse un masaje alrededor del pecho en forma circular.



3
Y así comienza a salir la leche.



2 Coloca tu mano en forma de C, apretar sin deslizar los dedos y empujar suavemente contra las costillas.

! Es importante que...



Laves tus manos y los utensilios que uses para la extracción.



Evita el estrés y las preocupaciones para no afectar la producción de leche.