

Cómo Escoger un Extractor de Leche Materna

Si amamantas, tal vez haya veces que tengas que estar alejada de tu bebé. Pero quieres que tu bebé continúe recibiendo todos los beneficios de salud de la leche materna. Aquí es cuando el extractor de leche es práctico.

El extractor de leche permite que almacenes tu leche para poder alimentar a tu bebé más tarde. Al extraer tu leche aseguras que tu cuerpo sigue produciendo la leche suficiente. Al igual que amamantar, la extracción de la leche requiere algo de tiempo para acostumbrarse, especialmente si la extraes en el trabajo. Es importante que encuentres un extractor de leche adecuado para ti.

Existen tres tipos básicos de bombas de pecho. Manual, de pilas y eléctricas. Normalmente la bomba de pecho se sostiene en su lugar con la mano, con un sostén para amamantar o con una banda.

Cuando se utiliza una bomba manual, se aprieta la manija o palanca para crear succión y extraer la leche del seno. Tu leche se acumula en el recipiente incluido. La bomba de pilas, o eléctrica utiliza baterías o se conecta a un enchufe eléctrico que le da poder a la bomba motorizada. Esa bomba crea succión que extrae la leche de los senos.

Debes investigar antes de comprar una bomba de pecho. Los extractores pueden ser costosos. Para ahorrar dinero, considera rentar un extractor. Tal vez tu hospital o consultora de lactancia tengan bombas para rentar, o quizá puedan sugerirte un lugar cercano donde rentarla.

Además, muchos seguros ahora cubren el costo de las bombas de pecho, así que asegúrate de preguntarle a la partera o doctor sobre esto, y antes de dar a luz para que estés preparada. También debes asegurarte de que el borde de la bomba queda bien en tu pecho para que no te dañe el pezón y puedas extraer la mayor cantidad de leche posible. Asegúrate de leer las instrucciones para que embone bien o que la consultora de lactancia revise que el borde sea del tamaño adecuado.

Bombear la leche materna es un gran compromiso, pero se puede lograr con un poco de organización y planeamiento por anticipado si deseas extraer tu leche en el trabajo. Es importante que encuentres un extractor de leche adecuado para ti. Sigue las instrucciones para bombear tu leche sin tener problemas, para asegurar que tu bebé recibe todos los nutrientes que necesita para crecer y estar saludable.