



PERÚ

Ministerio
de Salud



REFORMA
es más SALUD



PERÚ
PROGRESO
PARA TODOS

SOMOS
Lecher@s

Extracción Manual



Paso 1

Para estimular la bajada de la leche, hazte masajes alrededor del pecho, en forma circular.



Paso 2

Coloca la mano en forma de "C", aprieta sin deslizar los dedos y empuja suavemente contra las costillas.



Paso 3

Cuando salga la leche, deposítala en el recipiente.