

La lactancia y cómo recolectar, almacenar, y transportar la leche materna mientras su bebé está en el hospital

Al extraer su leche materna y al almacenarla de manera segura, usted le está dando a su bebé lo mejor de su leche materna.

Instrucciones Generales:

- Antes de extraerse la leche, lávese las manos con jabón y agua
- Lave todas las partes de la bomba de extracción de leche y también los biberones antes de usarlos. Los biberones que están en un paquete sellado están limpios
- No toque el interior de los biberones cuando están limpios

Almacenamiento de los biberones:

- Use los biberones provistos por el hospital para almacenar su leche. La leche materna para los bebés que están en el hospital, debería almacenarse en biberones. Deje suficiente espacio en la parte superior del biberón, para que la leche materna pueda expandirse cuando se congele, y colóquela la tapa a cada biberón
- Mientras su bebé está en el hospital, por favor no use las bolsas de almacenamiento para almacenar ni para congelar la leche materna, ya que las bolsas de almacenamiento no se pueden poner en los calentadores de leche, y se pueden derramar muy fácilmente.
- Una vez que su bebé esté en casa, puede almacenar su leche en las bolsas de almacenamiento para leche materna. Colóquelas horizontalmente, para poder almacenarlas mejor.

El etiquetado de los biberones:

- Etiquete cada biberón con una etiqueta para leche materna que le haya dado el personal del hospital. En la etiqueta ponga la fecha, la hora, y el nombre de cualquier medicamento que está usando. Coloque una etiqueta en cada biberón.

Almacenamiento de la leche materna:

Cuando empiece a bombear la leche, es normal que obtenga solamente una cantidad pequeña de leche materna. Su producción de leche debería aumentar pocos días después del nacimiento.

- Cuando bombee leche de ambos senos, puede mezclar la leche de cada seno en un biberón. No mezcle la leche que se extrajo, si la bombeó en otro momento.
- Quizás le pidan que almacene su leche en cantidades pequeñas, volúmenes de 30 ml o menos. Esto cambiará con el tiempo. Su especialista en lactancia hablará con usted acerca de cómo almacenar mejor su leche materna.
- Refrigere o congele la leche inmediatamente después de bombearla
- Cuando esté fuera del hospital, ponga la leche en el refrigerador y tráigala al hospital en una bolsa térmica que conserva el frío con paquetes para conservar el frío. De esta manera la va a mantener fría

Puede haber un momento en que le pidan que almacene su leche en su casa o en la casa de Ronald McDonald. Si esto ocurre, usted congelará su leche después de bombearla.

- Si usted está fuera del hospital por más de dos días, será necesario que congele su leche después de bombearla. No permita que se descongele cuando regrese al hospital.

EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD: El contenido de este documento tiene como objetivo promover la comprensión general de los temas de salud descritos en esta publicación y es solo para fines informativos. Dicha información no sirve como sustituto de la capacitación, la experiencia o el juicio clínico de un profesional de la salud. Las personas y sus familias no deberían utilizar dicha información como sustituto de consejo y asesoramiento médico, terapéutico o de atención médica profesional. NO SE OFRECE GARANTÍA DE NINGÚN TIPO, EXPRESA O IMPLÍCITA POR LEY, RESPECTO AL CONTENIDO.

- Cuando almacene la leche materna en el congelador, no la almacene en la puerta del congelador. Ponga la leche en un estante cerca de la parte posterior del congelador. Esto evitará que la leche se descongele al abrir y cerrar la puerta del congelador.

Transportando la leche materna fría o congelada:

- La leche congelada debería permanecer congelada durante el transporte. Si la leche se descongela más del 50%, entonces ya no se puede volver a congelar y se debe usar dentro de las 24 horas.
- Para transportar la leche congelada, empáquela muy bien en una caja hermética o en una caja de almacenamiento para leche. Por ejemplo: utilice toallas para empacarla, paquetes congelados azules y paquetes blandos de hielo. *No use hielo común ya que esto podría descongelar la leche congelada.
- Si está bombeando leche fuera de su casa, mantenga la leche materna en una caja hermética con un paquete congelado azul o en el refrigerador hasta que llegue el momento de irse a su casa. Asegúrese de colocar la leche en el refrigerador o en el congelador tan pronto como pueda.

Instrucciones para almacenar la leche materna en el hospital

	Temperatura ambiente	Refrigerador	Congelador
Recién bombeada	No mantenga la leche materna a temperatura ambiente (si no hay un refrigerador disponible). La leche materna se puede mantener hasta 4 horas a temperatura ambiente	48 horas (se puede colocar en el congelador si no se usa dentro de las 48 horas)	Hasta 3 meses. Puede usar la leche vieja si tiene una orden del doctor.
Previamente congelada	Hasta 4 horas si se descongela en el refrigerador, pero sin haberla calentado	24 horas después de haberla descongelado (toma aproximadamente 24 horas descongelar un biberón de 60ml en el refrigerador)	No congelar

Si tiene preguntas o inquietudes llame a la Línea de Asistencia para Lactancia Materna y Extracción de Leche de Children's Mercy Hospital al (816) 346-1309

EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD: El contenido de este documento tiene como objetivo promover la comprensión general de los temas de salud descritos en esta publicación y es solo para fines informativos. Dicha información no sirve como sustituto de la capacitación, la experiencia o el juicio clínico de un profesional de la salud. Las personas y sus familias no deberían utilizar dicha información como sustituto de consejo y asesoramiento médico, terapéutico o de atención médica profesional. NO SE OFRECE GARANTÍA DE NINGÚN TIPO, EXPRESA O IMPLÍCITA POR LEY, RESPECTO AL CONTENIDO.