

Cómo etiquetar, identificar, almacenar, mezclar y calentar la leche materna

Favor de seguir estas reglas para almacenar, calentar y mezclar la leche materna mientras su bebé esté en el hospital.

Almacenamiento y etiquetado

- Todos los envases y biberones deben llevar una etiqueta de código de barras para leche materna de Children's [WK1] Wisconsin (CW). Se debe escribir en la etiqueta la fecha y la hora en la que se recolectó la leche. No escriba sobre el código de barras ni lo cubra.
- La leche que se ha traído de otro hospital se tiene que volver a etiquetar con una etiqueta de código de barras para leche materna de Children's Wisconsin. Escriba la fecha y la hora en la que recolectó la leche.
- Se debe utilizar un nuevo envase del hospital cada vez que se extraiga leche.
- Extraiga la leche en un envase que sea más grande que la cantidad de leche que se extraiga. Puede almacenar esos envases o vaciarlos a envases más pequeños. Después de eso, use el envase del tamaño necesario para la cantidad de leche extraída.
- Cuando congele la leche, guárdela en cantidades de 2 a 5 onzas para descongelarla más fácilmente y no desperdiciarla.
- Deje espacio extra en la parte superior del envase para que la leche congelada pueda expandirse.
- No almacene la leche materna en la puerta del congelador ni del refrigerador.
- Almacenar la leche materna en su hogar es diferente a hacerlo en el hospital. Pida la hoja educativa Almacenamiento y preparación de la leche materna [No. 1401](#).
- Congele la leche dentro de las siguientes 24 horas después de recolectarla si es que no se la va a dar a su bebé dentro de las siguientes 96 horas (4 días).

Pautas de almacenamiento en el hospital

Congele la leche dentro de las primeras 24 horas después de recolectarla si no se la dará al bebé en las siguientes 96 horas.	Temperatura ambiente	Refrigerador	Congelador del refrigerador	Ultra congelador
Leche materna fresca	1 hora	96 horas	3 meses	6 meses
Leche materna descongelada (que estuvo congelada antes)	1 hora, si la calentó para alimentar al bebé	24 horas	Nunca vuelva a congelar leche descongelada	Nunca vuelva a congelar leche descongelada

*Leche materna fortificada	1 hora, si la calentó para alimentar al bebé	24 horas	Nunca congele la leche materna fortificada	Nunca congele la leche materna fortificada
----------------------------	--	----------	--	--

***Fortificada significa que se han agregado algunos nutrientes a la leche materna.**

Proceso para identificar la leche materna

Es necesario hacer lo siguiente cuando el personal de Children's Wisconsin, la madre o la familia preparen y le den lecha materna al bebé.

1. Cuando ponga o saque la leche materna del congelador o refrigerador, el personal o la familia tiene que identificar la leche. Lea y confirme que el nombre y la fecha de nacimiento del bebé sean los correctos en el recipiente de almacenaje **y** en el envase de la leche materna.
2. Se tiene que escanear la leche materna al lado de la cuna del bebé. El personal escaneará el código de barras en la pulsera de identificación del paciente y en el código de barras de la etiqueta en el envase de la leche materna.
3. Se tiene que escanear el código de barras de la leche materna cuando se **prepare** para la alimentación (al descongelarla, calentarla o fortificarla). La leche materna se debe escanear nuevamente cuando se **alimente** al bebé (con jeringa, biberón o bomba de alimentación).

Cómo descongelar, mezclar y calentar la leche

- La leche materna puede descongelarse rápidamente colocando el envase en agua tibia (no caliente) o dejándola bajo el chorro de agua tibia (no caliente). La leche no debe sentirse caliente cuando la vierta sobre su piel. Se debe utilizar sólo para esa toma. Seque el biberón cuando use agua para descongelar o calentar la leche.
- Usted también puede descongelar leche materna durante la noche en el refrigerador.
 1. Escriba **thawing (descongelando)** en una etiqueta de alimentos del hospital con la fecha y hora en que sacó la leche del congelador.
 2. Una vez que esté descongelada, debe utilizarla dentro de las siguientes 24 horas.
 3. Cambie la etiqueta de alimentos del hospital con otra que diga **expire (caduca)** con la hora y la fecha en que vence la leche materna. La leche caduca 24 horas después de descongelarla. Después de esto deberá tirarla.
- **No** descongele la leche materna en un microondas. La leche puede tener partes más calientes que pueden quemar la boca del lactante; o puede formarse vapor en el biberón que podría provocar que explote, quemándola a usted o a otros. El microondas también reduce los nutrientes de la leche.
- La leche materna no se debe volver a congelar una vez que se descongeló.

- Algunas unidades tienen calienta biberones que funcionan sin agua para descongelar y calentar la leche materna. El personal le enseñará a las familias cómo usarlos.
- A los bebés generalmente les gusta que la leche materna tenga la misma temperatura que la piel. Coloque una gota o dos en la parte interior de su muñeca; la leche debe tener la misma temperatura que su piel, ni tan fría ni tan caliente. **Nunca use el microondas para calentar leche.**

Leche materna fortificada (se han agregado nutrientes)

1. **Etiquete los envases y los biberones de leche materna fortificada con una etiqueta de código de barras para leche materna.**
2. Escriba la hora y la fecha en que se agregaron los nutrientes, la clase de nutrientes y una lista del contenido después de fortificarla. Por ejemplo:
1 cucharadita de SSC a 4 oz de leche materna = 22 calorías de leche materna.
3. **La leche materna fortificada vence después de 24 horas.**

Alimentación

Todos los biberones que contengan leche materna deben llevar una etiqueta de código de barras para leche materna. Escriba en la etiqueta la fecha y la hora en que se preparó la leche.

1. Alimente al bebé primero con calostro fresco o congelado. El calostro se extrae los primeros 4 días y es más sustancioso y contiene muchos anticuerpos para combatir las infecciones (factores inmunitarios). Si hay calostro fresco disponible, úselo primero. Si lo utiliza congelado, tome primero el que tiene la fecha más antigua.
 2. Después de alimentar al bebé con calostro, utilice primero la leche materna **fresca**. La leche materna fresca contiene más nutrientes y factores inmunitarios. Si utiliza leche materna congelada, use primero la que tiene la fecha más antigua.
- Si su bebé toma leche de un biberón pero no se la termina, **no guarde el resto para más tarde**. Debe tirarla. La saliva de la boca de su bebé se mezcla con la leche lo que puede causar que crezcan gérmenes. Esto puede enfermar a su bebé.

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o al Servicio de Control de la Lactancia (deje un mensaje de voz en 414-266-1757) si tiene cualesquier preguntas o inquietudes o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:

<https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents>

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.