

### **Leche materna: Cómo llevarla y traerla del hospital**

#### **¿Cómo debo llevar y traer la leche materna del hospital?**

Cuando se lleva y se trae la leche materna del hospital:

- La **leche materna fría** debe mantenerse fría.
- La **leche materna congelada** debe mantenerse congelada.

#### **Cómo guardar la leche materna congelada:**

1. Guarde **herméticamente** la leche materna en una hielera.
2. Si utiliza una hielera blanda o una demasiado grande, cubra el fondo y los lados con toallas de papel o papel de periódico arrugado. Si la leche toca los lados de la hielera puede descongelarse más rápido. Guarde todos los envases uno junto al otro en el centro de la hielera. Coloque toallas de papel o papel de periódico arrugado en la parte superior para rellenar todo el espacio dentro de la hielera. Esto evitará que los envases se muevan.
3. **No use hielo.** Si necesita, utilice envases con hielo azul o envases con gel refrigerante. La leche materna se congela a una temperatura más baja que el agua. Esto significa que el hielo podría derretir la leche materna congelada.
4. Si realiza un trayecto realmente corto y los envases están guardados herméticamente, probablemente no necesite utilizar envases refrigerantes.
5. Si realiza un trayecto que demora más de 12 horas necesitará utilizar hielo seco. Llame, por favor, al Servicio de Control de la Lactancia para obtener indicaciones sobre el uso del hielo seco.

#### **Cómo guardar la leche materna fría**

La **leche materna refrigerada** debe mantenerse fría cuando se lleva y se trae del hospital. La leche fría debe guardarse **herméticamente** en una hielera con hielos o envases refrigerantes.

**ALERTA:** Llame a su médico, a la enfermera o al Servicio de Control de la Lactancia (deje un mensaje de voz en el número 414-266-1757) si tiene alguna consulta o inquietud, o si tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no fueron cubiertas en esta información.

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