



# Mothers' Milk Bank Northeast

## Share the Health

### **Almacenar, Descongelar y Calentar Leche Materna de Donante Pasteurizada**

#### **Como almacenar la leche materna:**

La leche materna que se le ha donado ha sido previamente pasteurizada y congelada.

- Coloque la leche materna donada en la nevera para su almacenamiento.
- Las botellas deben colocarse en la parte posterior de la nevera/congelador, lejos de la puerta. La puerta de la nevera/congelador no es un lugar apropiado para el almacenamiento de la leche materna, ya que la temperatura cambia cada vez que se abre la puerta.
- Utilice primero las botellas con fecha de caducidad más cercana. La fecha de caducidad se encuentra en cada botella.
- Leche materna de donante pasteurizada que se ha ofrecido como alimento pero que no se ha consumido por completo, puede refrigerarse y ofrecerse para la siguiente alimentación. Sin embargo, se debe desechar si no se consume dentro de las siguientes 6 horas.

#### **Como descongelar la leche materna:**

- Leche materna donada puede ser descongelada rápidamente en un recipiente con agua tibia, sin exceder los 37°C/98°F.
- El agua debe cubrir hasta el nivel de la leche materna donada en la botella, pero no debe tocar la tapa de la botella. Agua que toque la tapa puede penetrar en la botella y contaminar la leche materna.
- El método más óptimo para descongelar la leche materna donada es colocar la botella congelada en el refrigerador durante toda la noche, para un descongelamiento lento. Después de colocar la leche materna donada en el refrigerador, esta debe utilizarse dentro de las siguientes 48 horas.
- Cuando la leche materna está completamente descongelada, asegúrese de agitar suavemente la botella para asegurar una distribución uniforme de la grasa y los micronutrientes en la leche materna.

#### **Como calentar la leche materna:**

- Nunca debe calentar la leche materna donada en el microondas. Solo se debe utilizar agua caliente/tibia para descongelar o calentar la leche materna.
- Si usted desea calentar solo una porción de la leche, usted puede calentarla colocando la botella brevemente en agua tibia o también manteniendo la botella bajo el grifo de agua tibia. Se debe tener mucho cuidado de mantener seca la tapa de la botella para prevenir contaminación.

Esta información es proporcionada por Mothers' Milk Bank Northeast y fue extraída de *Best Practice for Expressing, Storing and Handling Human Milk in Hospitals, Homes and Child Care Settings (Mejores Prácticas para Enviar, Almacenar y Manipular la Leche Materna en Hospitales, Hogares y Ambientes de Cuidado Infantil)*, 4th ed., Human Milk Banking Association of North America, 2019.