



Mothers' Milk Bank — OF NORTH TEXAS —

Instrucciones para el manejo de leche en casa

- 1) Al recibir la leche por favor cheque todas las botellas para ver si alguno esta roto o completamente descongelado (botellas ligeramente descongelados son todavía seguras para ser consumidas). Por favor llámenos al 866-810-0071 si hay problemas con la recepción de la leche.

- 2) Coloque la leche en el congelador, hacia la parte posterior o inferior, donde se quedará tan fría como sea posible. No almacene la leche en el estante de la puerta. Tenga en cuenta la fecha de vencimiento en cada botella y utilice primero la leche con la fecha de vencimiento mas proxima.

- 3) La leche puede ser descongelada:
 - A. en el refrigerador durante varias horas (volúmenes grandes pueden tardar hasta 24 horas para descongelar). Se recomienda este método lento porque la leche permanece fría al mismo tiempo de descongelación. Coloque la cantidad de leche necesaria para un día en el refrigerador y tenga en cuenta la fecha y hora. Una vez descongelada, la leche debe utilizarse dentro de las 48 horas.
 - B. para rápida descongelación, sostenga la botella en agua fría del grifo con el agua corriendo, aumentando gradualmente la temperatura a la temperatura de la piel. O, coloque la botella en un recipiente limpio con agua tibia. Cuando se enfrie el agua, reemplace la con más agua caliente. Agitar suavemente la leche alrededor de la botella.
 - C. nunca descongele la leche en el microondas!

Nunca caliente la leche a mas alta temperature que la piel

4) Cuando esté listo para alimentar agite, suavemente la leche para mezclar las capas y vierta la cantidad estimada que necesita un contenedor alimenticio. Cubrir y poner cualquier resto de la leche fría en el refrigerador inmediatamente.

Muchos bebés aceptarán una botella fría. Sin embargo, la leche humana se produce a la temperatura corporal que muchos bebés preferirían.

Para calentar la leche, coloque el recipiente de alimentación en un recipiente limpio con agua tibia o sostenga la botella con agua del grifo (no caliente) tibia. ¡Nunca caliente la leche en el microondas!
Agitar suavemente la leche para mezclar las capas de nutrientes antes de alimentar.

5) La leche descongelada, calentada debe desecharse después de una hora a temperatura ambiente.

6) La leche sobrante en la botella o mamila después de que el bebé ha sido alimentado debe desecharse después de la alimentación porque los microbios de la saliva del bebé se multiplican en la leche caliente.