

Lineamientos para la madre para la refrigeración de la leche materna y almacenamiento en casa

Ubicación	Temperatura	Duración	Instrucciones
Encima de la mesa	Temperatura ambiente (hasta 77° F)	6 a 8 horas	Almacene los recipientes cubiertos y lo más frescos posible. Cubrir el recipiente con un paño fresco puede conservar leche fresca.
Bolsa Térmica insulada	5-39° F	24 horas	Mantenga las bolsas de hielo en contacto con los recipientes de leche en todo momento y limite la frecuencia con que se abre la hielera.
Refrigerador	39° F	5 días	Almacenar la leche en la parte posterior del cuerpo principal del refrigerador.
Compartimento de congelador Dentro del Refrigerador	5° F	2 semanas	Almacenar la leche en la parte trasera del congelador, donde la temperatura es más constante. La leche almacenada por largos períodos en los rangos mencionados es segura, pero algunos de los lípidos en la leche se degradan lo cual resulta en calidad inferior.
Compartimento del congelador adjunto al refrigerador ≤0°F	0° F	3 - 6 meses	
Congelador ≤0°F	-4° F	6 - 12 meses	

www.BoulderCountyCHP.org

www.BoulderCountyBreastfeeding.org



Referencia: Centros para el Control de enfermedades. 2010. Manejo y almacenamiento adecuados de la leche humana. http://www.cdc.gov/breastfeeding/Recommendations/handling_breastmilk.htm

De: Academy of Breastfeeding Medicine (2004) (Academia de medicina de la lactancia materna) Protocolo clínico número #8: Información de almacenamiento de la leche humana para uso en el hogar para bebés saludables nacidos a término. Princeton Junction, New Jersey: Academy of Breastfeeding Medicine.