



# Almacenamiento y Manejo

## Implemente un almacenamiento, manejo y alimentación de la leche materna a bebés de manera adecuada

Durante el entrenamiento, los proveedores de cuidado de niños aprenden información básica sobre como almacenar, manejar y alimentar la leche materna a bebés. Ayude a los proveedores de cuidado de niños a crear un plan para poner sus conocimientos en acción.

### Ofrezca espacio en un refrigerador y congelador para almacenar la leche materna.

Asegúrese de que los proveedores de cuidado de niños implementen un almacenamiento adecuado.

- **Determine un espacio para almacenar la leche materna.** La leche materna puede ser almacenada en refrigeradores y congeladores apropiados para almacenar alimentos junto con cualquier otro tipo de alimento y bebida.
- **Organice el espacio de almacenamiento.** Designe un espacio en el refrigerador para que las familias puedan dejar ahí su leche materna.

### Instruya a las familias que amamantan sobre cómo etiquetar y almacenar la leche materna adecuadamente.

Para garantizar un manejo adecuado, pida a los proveedores de cuidado de niños que ofrezcan un ambiente seguro de almacenamiento y que les pidan a las familias que etiqueten su leche de manera adecuada.

- **Hable con las familias sobre cómo etiquetar la leche materna adecuadamente.** Pida a las familias que etiqueten botellas o bolsas con leche materna con el nombre del bebé, la fecha y la hora en que fue extraída la leche.
- **Siga la guía para el almacenamiento.** Se pide a los proveedores de cuidado de niños que utilicen una guía conservadora para el almacenamiento, tal como la que ofrece el [Programa de Alimentación para el Cuidado de Adultos y Niños](#) (CACFP por sus siglas en inglés). Ver la Tabla 2 para aprender sobre la guía recomendada para el almacenamiento de acuerdo con el CACFP, actualizada en 2018. Además, pida a los proveedores de cuidado de niños que consulten con agencias locales de permisos u otros programas afiliados, ya que ellos también podrían tener guías sobre el almacenamiento adecuado.

Tabla 2: Guía de Almacenamiento del CACFP

	Temperatura	Guía
<b>Refrigerador</b>	39°F (3.9°C) o menos	La leche materna recién extraída puede ser refrigerada hasta 72 horas. Regrese la leche refrigerada que no se haya utilizado después de 72 horas a las familias.
<b>Congelador</b>	0°F o menos	La leche materna congelada debe ser entregada en bolsas individuales no reusables. La leche materna congelada puede ser almacenada hasta 3 meses. Una vez descongelada, debe utilizarse dentro de las próximas 24 horas.

## Mantenga un plan de alimentación individual para cada bebe menor de 18 meses.

Los planes de alimentación para los bebes son una herramienta importante de comunicación y planificación. Los planes de alimentación garantizan que el proveedor de cuidado de niños siga el estilo de alimentación preferido por cada familia.

- **Mantenga un récord de los patrones de alimentación.** Mantenga un récord de la hora y la cantidad que tome el bebé. Comparta los patrones de alimentación con las familias.
- **Actualice los planes de alimentación.** Los planes de alimentación deben ser actualizados cada tres meses o conforme cambien los patrones de alimentación, tal como cuando se introducen los sólidos.
- **Utilice un formulario estándar.** Utilice un formulario para el plan de alimentación del bebé como el [Plan de Alimentación para Bebes de BFSD](#).

### ESTRATEGIAS DE ALIMENTACIÓN PRO-LACTANCIA

- **Codifique las botellas con colores.** Considere marcar cada botella de los bebés con cinta adhesiva de distintos colores. Así, la botella de cada bebé podrá ser identificada rápidamente.
- **Coloque los planes de alimentación de los bebés en un lugar visible.** Coloque los planes de alimentación de los bebés cerca de la cocina para facilitar el proceso de papeleo después de alimentar a los bebés.
- **Facilite el proceso de rotación de botellas.** Use contenedores pequeños de plástico en el refrigerador para separar las botellas de cada bebé.

# Guidelines for Storing Breast Milk



**When milk arrives...**  
Refrigerate immediately.



**Refrigerated milk**  
Store at  $\leq$  \_\_\_\_\_ °F  
up to \_\_\_\_\_ hours.



**Frozen milk**  
Store in freezer of two-door fridge at  
 $\leq$  \_\_\_\_\_ °F for up to \_\_\_\_\_ months.



**Thawed milk**  
Store in fridge up to \_\_\_\_\_ hours.  
Do NOT refreeze breast milk.



**After a feeding...**  
Throw out any  
unused milk.



First 5  
San Diego



# Reglas para Almacenar la Leche Materna



**Cuando reciba la leche materna...**  
Refrigérela inmediatamente.



**La leche refrigerada**  
Se debe almacenar a  $\leq$  \_\_\_\_ °F  
Hasta \_\_\_\_ horas.



**Leche congelada**  
Almacene en el congelador de un refrigerador de dos puertas a  $\leq$  \_\_\_\_ °F hasta \_\_\_\_ meses.



**Leche descongelada**  
Almacene en el refrigerador hasta \_\_\_\_ horas.  
NO vuelva a congelar la leche.



**Después de darle al bebé la leche materna...**  
Tire la leche que no se utilizó.



**First 5**  
San Diego



# Plan para la Alimentación de Niños – Inglés

PÁGINA 1 OF 2

## Sample Infant Feeding Plan



The information you provide below will help us to do our very best to respect your feeding practices and help your baby grow and thrive.

**This form must be filled out for all children under 18 months old.**

Child's name: \_\_\_\_\_ Birthday: \_\_\_\_\_  
m m / d d / y y y y

Parent/Guardian's name(s): \_\_\_\_\_

### TO BE COMPLETED BY PARENT

Did you receive a copy of our Breastfeeding-Friendly Policy? Yes No

At home my baby drinks (Check all that apply):

Breast milk from:  Mother  Bottle  Cup  Other \_\_\_\_\_

Formula from:  Bottle  Cup  Other \_\_\_\_\_

Cow's milk from:  Bottle  Cup  Other \_\_\_\_\_

Additional details:

How does your child show you that s/he is hungry?

How often does your child usually feed?

How much does your child usually drink at each feeding (ounces)?

Has your child started eating solid foods? Yes No  
If yes, what foods is s/he eating:

How often is your child eating solid foods? How much?



This information has been adapted from the "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" of the Carolina Global Breastfeeding Institute/UNC Gillings School of Global Public Health.

# Plan para la Alimentación de Niños – Inglés

PÁGINA 2 OF 2

Child's name: \_\_\_\_\_ Birthday: \_\_\_\_\_  
mm / dd / yyyy

I want my child to be fed the following foods while in your care:

	Frequency of	Approximate amount per	Will you bring from home? (must be labeled)	Details about feeding
Mother's Milk				
Formula				
Cow's milk				
Cereal				
Baby Food				
Table Food				
Other				

I plan to come to nurse my baby at the following time(s): \_\_\_\_\_

My usual pick-up time will be: \_\_\_\_\_

If my baby is crying or seems hungry shortly before my usual arrival time, I would like staff to do the following:  
 You may choose more than one.

hold my baby     
  use the teething toy I provide     
  use the pacifier I provide  
 rock my baby     
  give a bottle of my expressed milk     
 other Specify: \_\_\_\_\_

I would like you to take this action \_\_\_\_\_ minutes before my arrival time.

**We have discussed the above plan, and made any needed changes or clarifications.**

Today's date: \_\_\_\_\_

Teacher Signature: \_\_\_\_\_ Parent Signature \_\_\_\_\_

Date	Change to Feeding Plan (must be recorded as feeding habits change)	Parent Initials	Teacher Initials

**\* Any changes must be noted above and initialed by both the teacher and the parent.**



This information has been adapted from the "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" of the Carolina Global Breastfeeding Institute/UNC Gillings School of Global Public Health.

## Plan para la Alimentación de Niños – Español

PÁGINA 1 OF 2

## Muestra del Plan para la Alimentación de Niños



Alimentar a su bebé adecuadamente es una de las responsabilidades más importantes para quienes estamos al cuidado de sus hijos. La información que usted nos comparta nos ayudará para hacer todo lo posible para continuar hábitos saludables en la alimentación de su bebé para su crecimiento y madurez.

**Este plan debe ser detallado para todos los niños menores de 18 meses de edad.**

Nombre de bebé: \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_  
m m / d d / a a a a

Nombre del padre/madre/guardián: \_\_\_\_\_

¿Recibió una copia de nuestra póliza de lactancia? Si No

**COMPLETADO POR LOS PADRES**

En mi casa, mi bebé toma la leche:

(marque todas las respuestas apropiadas):

- La leche materna la toma:
  - Seno materno  En biberón  En vaso  Otra forma
- La leche de fórmula la toma:
  - En biberón  En vaso  Otra forma
- Leche de vaca:
  - En biberón  En vaso  Otra forma
- Otro líquido: \_\_\_\_\_
  - En biberón  En vaso  Otra forma

¿Cómo muestra su bebé cuando tiene hambre?

¿Qué tan seguido come su bebé?

¿Cuál es la frecuencia y la cantidad de leche/formula que toma su bebé normalmente cada vez que come?

¿Ha empezado su bebé a comer alimentos sólidos? ¿Qué comidas está comiendo?

¿Cuál es la frecuencia y cantidad que su bebé está comiendo alimentos sólidos, y en qué cantidad?

**COMPLETADO POR LA PROVEEDORA**

Explicaciones /Detalles adicionales

En su hogar, ¿alimentan al bebé cuando muestra señas de tener hambre?

Si No

¿Está el bebé comiendo alimentos sólidos? Si No

¿Es el bebé menor de seis meses? Si No

**Al responder que Sí a las dos preguntas:**

- Yo pregunté: ¿Le recomendó su pediatra empezar a dar alimentos sólidos a su bebé antes de cumplir seis meses?

Si No

Folletos/Recursos compartidos con los padres relacionados con la lactancia materna y/o la alimentación infantil:

# Plan para la Alimentación de Niños – Español

PÁGINA 2 OF 2

Nombre del niño: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_  
mm / dd / aaaa

Cuéntenos acerca de la alimentación de su bebé en nuestro sitio

Quiero que mi hijo/ a sea alimentado con los siguientes alimentos mientras este bajo su cuidado:

	Frecuencia de alimentación	Cantidad aproximada por alimentación	¿Lo traerá de casa? (Debe tener etiqueta y fecha)	Instrucciones sobre la alimentación
Leche materna				
Leche de formula				
Leche de vaca				
Cereal				
Comida de bebé				
Sólidos				
Otro (describa)				

Pienso regresar a este sitio para darle pecho a mí bebé a estas horas: \_\_\_\_\_

La hora que vengo por mi niño normalmente es: \_\_\_\_\_

Si mi bebe está llorando o parece hambriento poco antes de mi hora de llegada habitual, quisiera que el personal hiciera lo siguiente: (puede marcar más de uno)

Sostener al bebé       usar el juguete para comezón en los dientes       usar el chupón que le di  
 Mecer mi bebé       dar biberón con mi leche materna      Especifique otra estrategia/actividad: \_\_\_\_\_

Quisiera que tomara esta acción \_\_\_\_\_ minutos antes de mi hora de llegada, si está llorando o parece hambriento

**Hemos repasado el plan juntos y hemos hecho los cambios o aclaraciones necesarios.**

Fecha de hoy: \_\_\_\_\_

Firma de proveedora: \_\_\_\_\_ Firma del padre/madre: \_\_\_\_\_

Fecha	Cambios hechos en el plan de alimentación (deben ser documentados cada vez que hay cambio)	Iniciales de mamá/papá	Iniciales de la proveedora

**\* Cualquier cambio debe ser escrito arriba y agregue las iniciales de la proveedora, mamá/papá**



Esta información ha sido adoptado de "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" of the Carolina Global Breastfeeding Institute/UNC Gillings School of Global Public Health.

## Almacenamiento de la Leche



Ilustración 3: Almacenamiento de la Leche Materna en un Hogar que Provee Cuidado para Niños

La Ilustración 3 muestra el almacenamiento de la leche materna en un hogar que provee cuidado para niños. Una sección del refrigerador es designada para almacenar la leche materna. Es permitido almacenar leche materna en un refrigerador domestico junto con otra comida y bebidas. La leche materna está siendo almacenada en botellas y bolsas y organizada en contenedores claramente etiquetados con el nombre de cada bebé. Las botellas y bolsas También son etiquetadas con el nombre cada bebé y con la fecha en la cual la leche fue extraída. El contenedor de la orilla izquierda tiene varias bolsas de leche en la parte trasera, enfatizando que la leche de la botella se debe usar primero.



Ilustración 4: Almacenamiento de la Leche Materna en una Guardería

La Ilustración 4 muestra una guardería que utiliza contenedores de plástico para separar y organizar la leche materna y los sólidos para cada niño. La leche materna puede ser almacenada de manera segura junto con otros alimentos. Los contenedores están etiquetados con los nombres de cada niño y las botellas están etiquetadas con el nombre del niño y la fecha en la cual la leche fue extraída. La leche materna se puede ofrecer en botella o en una taza especial para los bebés mayores.