



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cómo extraer y almacenar su leche materna o leche de pecho mientras está en el hospital

En esta información se explica cómo extraer y almacenar su leche humana en MSK.

Sacarse o extraer leche significa vaciar la leche de la mama o el pecho. Puede hacerlo extrayendo leche (con un extractor de leche) o sacándola manualmente (con la mano).

Qué hacer antes de ir al hospital

Si va a someterse a una cirugía o procedimiento, lea *Preparación para su cirugía o procedimiento mientras está amamantando o lactando* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding).

Hable con su equipo de atención médica

Hable con su equipo de atención si está amamantando o lactando (cuando el cuerpo produce leche). Dígalos si desea continuar después de su hospitalización. Si lo hace, le ayudarán a mantener su producción de leche durante su atención.

Almacene una reserva de leche

Intente almacenar una reserva de leche antes de internarse en el hospital. Así se asegurará de que su bebé pueda tomar la leche incluso cuando no

estén juntos.

Pregunte sobre los medicamentos que toma

Hable con su equipo de atención médica sobre los tipos de medicamentos que tomará en el hospital. La mayoría de los medicamentos pueden tomarse sin riesgo cuando está amamantando o lactando. Pero hay algunos que pueden afectar la leche humana.

Si está tomando un medicamento que afecta la leche, su equipo de atención médica le dará instrucciones. Los distintos medicamentos permanecen en el cuerpo durante tiempos diferentes. Es posible que tenga que tirar la leche hasta que el medicamento abandone el cuerpo y deje de afectar la leche. O puede que necesite guardar la leche durante algún tiempo antes de dársela a su hijo.

Comuníquese con su equipo de atención si tiene alguna pregunta. También puede encontrar información en estos recursos.

Infant Risk Center

www.infantrisk.com

806-352-2519

Infant Risk Center ofrece información sobre la toma de medicamentos durante el embarazo y la lactancia.

LactMed Drug and Lactation Database

www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501922

LactMed ofrece información sobre medicamentos y sustancias químicas que pueden transmitirse al bebé a través de la leche.

Hable con el médico de su hijo

Informe al médico de su hijo que usted estará en el hospital. Infórmele que es posible que necesite anestesia (medicamento para dormir) u otros medicamentos. El médico puede ayudarle a planificar la atención de su hijo, si es necesario.

Cómo mantener su producción de leche mientras está en el hospital

La mejor manera de mantener su producción de leche es extraerla con un sacaleches o hacerlo manualmente mientras está en el hospital. Esto también previene el dolor y la congestión mamaria. La congestión se produce cuando las mamas o el pecho se llenan de leche y se vuelven firmes e hinchados.

- **Si va a someterse a una cirugía o un procedimiento:** planifique extraer leche con un extractor de leche o manualmente justo antes de su cirugía o procedimiento. Puede hacerlo en el centro prequirúrgico antes de entrar en el quirófano. Recuerde leer *Preparación para su cirugía o procedimiento mientras está amamantando o lactando* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding).
- **Si va a permanecer en el hospital durante la noche o por algunos días:** planifique extraer su leche con un sacaleches o manualmente durante toda su hospitalización. Lo mejor es hacerlo siguiendo el mismo horario en el que normalmente alimenta a su hijo. Esto ayudará a mantener un suministro constante de leche.

Es posible que su hijo pueda visitarle en el hospital para tomar el pecho. Si desea hacer esto, su equipo de atención médica deberá ayudar a planificarlo. Hable con su equipo antes de venir al hospital.

Cómo extraer leche en MSK

Dígale a su enfermero que necesitará extraerse leche.

Una vez que esté en el hospital, informe a su enfermero que está lactando y que planea extraerse leche con un extractor de leche o manualmente. Su enfermero se asegurará de que esto quede registrado en su historia clínica. También le ayudará a obtener los suministros que necesita para almacenar

su leche en MSK.

Es posible que le trasladen a una nueva habitación u otro lugar durante su hospitalización. Infórmele a la enfermera en ese lugar que está lactando y que planea extraerse leche con un sacaleches o manualmente.

Traiga su propio extractor de leche y suministros.

Le recomendamos que traiga sus propios suministros para el extractor de leche mientras esté en el hospital.

Recuerde llevar:

- Su propio sacaleche con su fuente de energía.
- Todo el material necesario para extraer la leche.
- Recipientes para guardar la leche.
- Una bolsa de refrigeración con compresas frías para almacenar la leche que extraiga.

Un técnico comprobará su extractor de leche para asegurarse de que es seguro utilizarla en el hospital. En general, esto se hace al lado de su cama. A veces, el técnico podría llevarse el extractor de leche por un momento para revisarlo.

Uso del extractor de MSK

Su extractor de leche personal puede dejar de funcionar o tener algún problema. Si es así, puede utilizar uno de nuestros extractores de leche eléctricos portátiles Medela Symphony®. Pida más información a su equipo de atención médica. Disponemos de extractores de leche en estos centros de MSK:

- **Memorial Hospital (Hospital principal de MSK)**
1275 York Ave. (entre la calle East 67th y la calle East 68th)
Nueva York, NY 10065
- **David H. Koch Center for Cancer Care**

530 East 74th St.
Nueva York, NY 10021

- **Josie Robertson Surgery Center**
1133 York Ave.
Nueva York, NY 10065

Limpieza de sus suministros para el extractor de leche

Lave sus suministros del extractor de leche después de cada uso

Después de usar el extractor, lave todos los suministros que entren en contacto con su leche o piel. Esto incluye cualquier recipiente de recolección y las bridas (la pieza del extractor que cubre el pezón). Lavarlos ayuda a eliminar cualquier germen o bacteria.

Solicite a su equipo de atención médica un recipiente y detergente. Lave sus suministros con agua caliente y jabón en el recipiente dentro del lavabo de su baño. Enjuáguelos con agua tibia. Deje que todas las piezas se sequen al aire. No lave ni moje los tubos. Solicite ayuda a su equipo de atención médica, si es necesario.

Desinfecte sus suministros del extractor una vez al día

Una vez al día, desinfecte los suministros del extractor que entran en contacto con su leche o piel. Esto ayuda a eliminar cualquier germen y bacteria que pueda estar en sus suministros. Solicite al proveedor de cuidados de la salud de su hijo una bolsa de limpieza rápida para microondas Quick Clean™.

Para usar la bolsa de limpieza rápida para microondas Quick Clean™:

1. Coloque sus suministros del extractor, previamente lavados, excepto los tubos, en la bolsa para microondas.

2. Agregue 2 onzas (60 ml) de agua a la bolsa. Utilice un frasco de recolección para medir las 2 onzas.
3. Solicite a un miembro del personal que le ayude a encontrar el microondas. Coloque la bolsa en el microondas durante 3 minutos a alta potencia.
4. Saque la bolsa del microondas. Tenga cuidado de no quemarse. La bolsa puede estar caliente.
5. Sobre un lavabo, abra la válvula de vapor en el costado de la bolsa. Drene el agua y seque los suministros con una toalla de papel.

Solicite ayuda a su equipo de atención médica, si es necesario.

Almacenamiento de la leche

Es posible que permanezca en el hospital por más de 24 horas (1 día). De ser así, procure que un familiar o amigo lleve su leche a casa cada día. Cuando lleven su leche a casa, deben dársela a su hijo de inmediato. O bien, pueden almacenarla en el refrigerador o congelarla.

Si debe almacenar su leche en el hospital durante la noche, guárdela en una bolsa de refrigeración aislante con compresas frías. Mantenga las compresas frías con los recipientes de leche en todo momento. Abra la bolsa de refrigeración lo menos posible para que la leche se mantenga fría.

No guarde su leche en el refrigerador de la despensa.

Almacenamiento de su leche en el refrigerador para leche humana de MSK

Si no puede llevar su leche a casa todos los días, puede guardarla en el refrigerador para leche humana de MSK. Se puede guardar en el refrigerador por hasta 3 días. Este refrigerador está cerrado con llave y es gestionado por el personal de enfermería.

La leche no puede permanecer en el refrigerador para leche humana de MSK más de 3 días. Si está en el hospital por más de 3 días, pídale a

un amigo o familiar que lleve la leche a casa. La leche que no se envíe a casa al cabo de 3 días se tirará.

Utilice el “Registro de almacenamiento de leche” al final de este recurso para llevar un control del tiempo que su leche ha estado almacenada. Puede almacenar su leche en uno de los siguientes centros de MSK:

- **Memorial Hospital (Hospital principal de MSK)**
1275 York Ave. (entre la calle East 67th y la calle East 68th)
Nueva York, NY 10065
- **David H. Koch Center for Cancer Care**
530 East 74th St.
Nueva York, NY 10021
- **Josie Robertson Surgery Center**
1133 York Ave.
Nueva York, NY 10065

Coloque su leche en botellas de almacenamiento de MSK.

Tendrá que verter la leche en una botella de almacenamiento de MSK para guardarla en un refrigerador para leche humana de MSK. Pídale estas botellas de almacenamiento al enfermero.

Su leche puede permanecer a temperatura ambiente hasta 4 horas antes de ser enviada al refrigerador.

Antes de enviar la leche al refrigerador, el enfermero verificará con usted lo siguiente:

1. Que su leche esté en las botellas de almacenamiento de MSK.
2. Que cada botella esté etiquetada con su etiqueta de identificación de paciente. Escriba la fecha, la hora y sus iniciales en la etiqueta. Esto nos indica el día en que extrajo la leche, ya sea con un extractor o manualmente.

Antes de salir del hospital

Pida a su enfermero que le entregue la leche almacenada antes de salir del hospital. Cualquier leche que deje será desechada.

Su leche se puede guardar en una bolsa de refrigeración aislante con compresas frías hasta 24 horas. Mantenga las compresas frías con los recipientes de leche en todo momento. Abra la bolsa de refrigeración lo menos posible para que la leche se mantenga fría.

Una vez que se lleve la leche a casa, utilícela de inmediato, guárdela en el refrigerador o congélela.

Para obtener más información sobre cómo conservar la leche humana de forma segura en casa o para viajar, visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en www.cdc.gov/breastfeeding/breast-milk-preparation-and-storage/handling-...

Registro de almacenamiento de leche

Anote cuándo almacena su leche para saber cuándo llevarla a casa.

Recuerde, su leche no puede permanecer en MSK por más de 3 días. **Cualquier leche que deje después de salir del hospital será desechada.**

Fecha en que almacenó su leche	Dónde está almacenada (bolsa térmica o refrigerador)	Llévela a casa antes de

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

How To Express and Store Your Breast or Chest Milk While You're in the Hospital - Last updated on October 17, 2024

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center