

# LA LECHE MATERNA

## ALMACENAMIENTO

Leche recién extraída	Temperatura	Tiempo de almacenamiento
Habitación caliente	80-90°F	3-4 horas
Temperatura ambiente	61-79°F	5 horas
Nevera / bolsas de hielo aisladas	59°F	24 horas
<b>Leche Refrigerada</b>		
Refrigerador (leche fresca)	32-39°F	3-8 días
Refrigerador (descongelar leche)	32-39°F	24 horas
<b>Leche congelada</b>		
	<b>¡No vuelva a congelar!</b>	
Congelador con su propia puerta	<39°F	5 meses

Credito: [www.KellyMom.com /bf/pumpingmoms/milkstorage/milkstorage/](http://www.KellyMom.com/bf/pumpingmoms/milkstorage/milkstorage/)

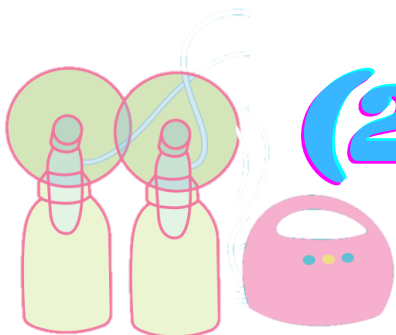
## APOYO DE LACTANCIA MATERNA CON WIC

¡Mamá, estás haciendo lo mejor que puedes! Recuerde, esto es nuevo para ambos. ¡Continúa, se vuelve más fácil!

Pida ayuda si la necesita.

¡El apoyo para la lactancia materna de WIC está aquí para USTED!

**(209) 383-4859**



WIC DE MERCED Y MARIPOSA

