

# NURSIM♥M

## Tiempos ideales para la conservación de la leche

### ¿Dónde guardar la leche extraída?

En potes o bolsitas para leche materna. Tip: siempre dejar 3 cm libre, la leche congelada se expande.

### ¿Cómo se descongela?

Lo ideal es la noche anterior bajarla a la heladera en la parte del fondo. Sino en el momento se sumerge el pote o bolsa bien cerrada en agua caliente fuera del fuego hasta que se vuelva líquida. La leche no debe estar caliente, sino a la temperatura corporal.

### ¿Cómo ofrecer la leche?

Con mamadera usando tetina de flujo lento y sugerimos método kassing, con la mamadera de modo horizontal.

Con vasito si no acepta la mamadera puede ser una alternativa.

