Preparación anticipada de la leche materna espesada con Gelmix (Instrucciones para preparar, almacenar, calentar, congelar y servir)

La leche materna recién extraída se puede espesar con Gelmix hasta 24 horas antes de la toma. Siempre que sea posible, prepárela cuando la leche esté cerca de la temperatura corporal, ya que el calor ayuda a activar Gelmix.

Antes de comenzar

- Lávese las manos y limpie la superficie de trabajo.
- Utilice biberones, recipientes y utensilios de alimentación limpios.
- Utilice únicamente leche materna recién extraída que no haya sido refrigerada para su preparación previa.
- Sigue la receta de Gelmix hasta obtener la consistencia que tu hijo necesita.
- Siga las instrucciones de alimentación del profesional de la salud de su hijo.
- Si las directrices actuales de los CDC o el proveedor de atención médica de su hijo recomiendan un tiempo de almacenamiento más corto, siga ese tiempo de almacenamiento más corto.

Preparar y refrigerar

- Mide la leche materna recién extraída.
- Si es necesario, caliéntelo hasta aproximadamente 38 °C (100 °F).
- Añada Gelmix siguiendo la receta hasta obtener la consistencia deseada.
- Tape y mezcle bien durante unos 30 segundos, hasta que se disuelva por completo.
- Refrigere inmediatamente después de mezclar en un recipiente limpio y hermético a 4 °C o menos. El tiempo de espesamiento puede variar durante la refrigeración; la leche continuará espesando a medida que se enfríe.
- Etiqueta el recipiente con la fecha y la hora en que se extrajo la leche y se añadió Gelmix.
- Utilizar dentro de las 24 horas posteriores a la adición de Gelmix.

Antes de comer

- Mezclar de nuevo antes de verter o dar de comer.
- Sírvelo frío o ligeramente tibio. La leche materna espesada con Gelmix en frío suele ser más espesa. Si se prefiere calentarlo, caliente solo la cantidad necesaria para una sola toma. Calentarlo hasta alcanzar los 38 °C (100 °F) generalmente le dará la consistencia deseada.
- Si se desea espesar la fórmula para la disfagia, utilice la prueba de flujo IDDSI para verificar la consistencia prescrita a la temperatura a la que se servirá la alimentación, ya que la temperatura puede afectar la consistencia.
- Una vez que la leche materna se haya calentado o dejado a temperatura ambiente, úsela en un plazo de 2 horas. Una vez que comience la toma, deseche la leche restante después de 1 hora. Nunca caliente la leche materna en el microondas.

Congelar y descongelar

- Prepare Gelmix únicamente con leche materna recién extraída que no haya sido refrigerada.
- Transfiérala a un recipiente limpio para almacenar leche materna, dejando espacio para que se expanda.
- Etiquetar con la fecha en que se extrajo, espesó y congeló la leche.
- Congelar inmediatamente y consumir en un plazo de 3 meses.
- Descongele primero la leche más antigua, durante la noche en el refrigerador o en un recipiente hermético colocado en agua tibia.

Congelación y descongelación, continuación

- Nunca caliente en el microondas ni vuelva a congelar la leche materna una vez que esté completamente descongelada.
- Una vez descongelado por completo en el refrigerador, úselo dentro de las 24 horas. Una vez que se haya calentado o dejado a temperatura ambiente, úselo dentro de las 2 horas.
- Mezclar bien. Si se necesita espesar la preparación para la disfagia, repita la prueba de flujo IDDSI a la temperatura de servicio.

Preguntas frecuentes

¿Es necesario que la leche espese antes de refrigerarla?
No. Refrigérelo inmediatamente después de mezclarlo. El tiempo de espera completo de Gelmix sigue siendo válido antes de servir, y la leche continuará espesando a medida que se enfríe.

¿Es necesario calentar la leche preparada?
No. Se puede servir frío o ligeramente tibio. Ten en cuenta que suele ser más espeso cuando se sirve frío.

¿Por qué la leche refrigerada es más espesa?
Gelmix continúa espesando a medida que la leche se enfría. Calentarla suavemente hasta alcanzar los 38 °C (100 °F) suele aproximarla a la consistencia mostrada en las recetas. Si se utiliza para espesar la leche en casos de disfagia, use la prueba de flujo IDDSI para verificar la consistencia prescrita a la temperatura a la que se servirá la toma.

¿Puedo usar leche materna que haya estado previamente refrigerada?
Si es posible, sin embargo la leche materna no debe ser calentada más de una vez, por lo tanto no es apto para preparación previa. Este método está diseñado para leche materna recién extraída que no ha sido refrigerada. De esta forma, se evita calentar la leche previamente refrigerada para activar Gelmix y luego volver a enfriarla y refrigerarla.

¿Qué debo hacer con la leche que sobra después de la toma?
Deseche la leche materna restante en el biberón una hora después de comenzar la toma. No la refrigere ni la reutilice.

Recordatorios rápidos de seguridad

- Refrigere la leche materna preparada inmediatamente.
- Etiquete con la fecha y hora de la expresión y de la preparación de Gelmix.
- Utilizar dentro de las 24 horas posteriores a la adición de Gelmix.
- Nunca caliente la leche materna en el microondas.
- No enfríe ni caliente repetidamente la misma leche materna.
- Si se desea espesar la mezcla para tratar la disfagia, verifique la consistencia prescrita con la prueba de flujo IDDSI a la temperatura de servicio.

Nota sobre seguridad alimentaria: Este folleto ofrece instrucciones específicas para la preparación de Gelmix y no reemplaza las recomendaciones actuales de los CDC sobre el almacenamiento y manejo de la leche materna ni las instrucciones del profesional de la salud de su hijo. Si las recomendaciones actuales de los CDC o del profesional de la salud de su hijo indican un tiempo de almacenamiento más corto, siga dichas recomendaciones.
Para obtener instrucciones completas, visite: gelmix.com/advanceprep