



DUDAS FRECUENTES

1. ¿Qué hacer ante una enfermedad?

Habitualmente las enfermedades leves-moderadas no afectan a la leche materna por lo que podrás lactar a tu bebé. Sin embargo, es prudente posponer la donación hasta tu recuperación total, por lo que deberás contactar con el banco de leche, y tener en cuenta que, por regla general, es necesario esperar una semana tras la desaparición de los síntomas para reanudar la donación.

2. ¿Se puede beber alcohol o bebidas con cafeína mientras se dona leche?

El consumo de alcohol o el exceso de bebidas con cafeína (café, té o refrescos con cafeína) de forma habitual contraindican la donación. Si se produjera un consumo ocasional de alcohol (1 cerveza o 1 copa de vino), no te extraigas leche para donar en las 12 horas siguientes. Si tomas más de 2 bebidas con cafeína en un día, deberás esperar 48 horas para la donación.

3. El consumo de tabaco está totalmente contraindicado en la donación.

4. ¿Qué situaciones debo comunicar al Banco de Leche?

- Cambios en tu salud o en tu estilo de vida
- Ingreso hospitalario o realización de prueba médica
- Vacunación
- Transfusión de sangre
- Exposición a tóxicos
- Toma de fármacos, productos de parafarmacia o herboristería.
- Visita al dentista.
- Viaje al extranjero.

Para contactar con nosotros puedes llamar por teléfono en horario de mañana o enviarnos un correo electrónico:

- MURCIA: 968369802, mail: BancodeLecheRegiondeMurcia-sms@car.es
- CARTAGENA: 968110799, mail: BancodelecheRM.area2.sms@car.es