

# Diez Consejos para Viajar en Avión con Leche Materna



1. Su extractor de leche materna **no** cuenta como artículo de mano porque se considera un dispositivo médico. Lléve consigo su equipaje de mano regular, pero esté preparada para explicar que su extractor de leche materna es un dispositivo médico. Su enfriador de leche materna **cuenta** como artículo de mano.
2. Lléve un enfriador hermético, lleno de bolsas de hielo y todos los biberones vacíos o bolsas de almacenamiento de leche materna. Los envases congeladores y los recipientes para almacenar leche materna pueden pesar más de 3 onzas. Lléve recipientes adicionales para echar la leche de uno a otro. Declárelos ante el personal de seguridad, incluso si están vacíos. Pídale al agente de la Administración de Seguridad en el Transporte (Transportation Security Administration, TSA) que use guantes limpios antes de revisarlos. Después de que haya pasado por seguridad, considere sellar su enfriador con cinta adhesiva.
3. Al reservar su hotel, pida una habitación con congelador. Es posible que pueda poner el termostato en la posición más fría en el mini refrigerador de un hotel y que esté lo suficientemente frío como para congelar la leche materna. Si no tiene un congelador en su habitación, pida en la recepción que guarden el enfriador de leche materna en el congelador del hotel.

4. Cuando viaja de regreso a casa, necesitará muchas bolsas de hielo para mantener su leche congelada durante el vuelo. Otra opción es comprar hielo seco para su enfriador, que podrá llevar si usted explica al personal de seguridad que es para la leche materna.
5. De acuerdo con las normas de la TSA, puede volar con una cantidad ilimitada de leche materna.
6. Cuando pase por seguridad, siempre declare su leche materna. Si su leche está sólida congelada, los agentes de la TSA no tienen que hacer ninguna prueba especial, solo inspeccionan visualmente la leche. Asegúrese de que el agente de la TSA se ponga guantes limpios antes de tocar su enfriador. Si su leche está descongelada o en estado semisólido, el agente de la TSA tendrá que hacer una prueba especial en cada bolsa o biberón; el biberón se limpia con un pedazo de papel para realizar una prueba de explosivos. Los rayos X no dañan la leche materna. Hágale saber al funcionario de la TSA que no desea que abran su leche materna.
7. Si necesita extraer leche en un aeropuerto, pregunte si hay un vestíbulo para amamantar o zona de cuidado infantil. Si no lo hay, busque un sanitario familiar con tomacorriente.
8. Es posible enviar leche materna por correspondencia o barco vía Federal Express (FedEx). Esto es útil si usted está en un viaje largo lejos de su bebé y necesita enviar algo de leche a casa. Si necesita hielo seco, utilice un enfriador Styrofoam y una caja de envío. Nota: El hielo seco puede hacer que las bolsas de almacenamiento o biberones de plástico sean muy frágiles y se rompan durante el envío, por lo que es mejor sellar las bolsas/biberones de leche materna en bolsas Ziploc y luego poner papel de periódico arrugado alrededor de ellas dentro del enfriador. Puede imprimir una etiqueta de envío FedEx en línea y entregarla en cualquier oficina de envío de FedEx. El Servicio Postal de los EE.UU. no permite hielo seco en el correo.
9. Es posible que estas recomendaciones no apliquen a los viajes internacionales. Si está en un viaje internacional, comuníquese con el consulado de su país de destino para conocer sus normativas.
10. Asegúrese de verificar las pautas oficiales de la TSA para viajar con leche materna en [TSA.gov/Travel/Special-Procedures/Traveling-Children](https://www.tsa.gov/Travel/Special-Procedures/Traveling-Children). No es necesario que su hijo viaje con usted para transportar leche materna. Se permiten bolsas de hielo, bolsas de congelador, bolsas de gel congelado y otros accesorios necesarios para mantener la leche materna fría, pero si están parcialmente congeladas o granuladas, pueden estar sujetas a una revisión adicional.

## Referencias

Children's MD, 2013. 10 Consejos para Viajar en Avión con Leche Materna: [ChildrensMD.org/Browse-By-Age-Group/Newborn-Infants/10-Tips-For-Flying-With-Breast-Milk/](https://www.childrensmid.org/Browse-By-Age-Group/Newborn-Infants/10-Tips-For-Flying-With-Breast-Milk/)

Administración de Seguridad en el Transporte, Viajar con niños: [TSA.gov/Travel/Special-Procedures/Traveling-Children](https://www.tsa.gov/Travel/Special-Procedures/Traveling-Children)

