



ALLETAMENT MATERN: EMMAGATZEMATGE I CONSERVACIÓ:

Receptacles:

Els biberons de 125cc de plàstic són els millors per guardar la llet extreta.

Motius:

- Els nadons prenen menys quantitat de llet materna que de llet artificial.
- Els leucòcits s'adhereixen menys al plàstic.
- El plàstic no es trenca i es de fàcil transportar (pesa menys).

Neteja i desinfecció:

Si la utilització de la llet es realitza dins les 48 hores següents a la recollida, no és necessari esterilitzar els biberons.

- Cal netejar amb cura els biberons amb els raspalls adequats.
- Eliminar tots els residus de llet.
- Es pot utilitzar el rentaplats.

Cal esterilitzar els biberons i equips d'extracció de la llet quan és necessari transportar la llet a un hospital per a un nen prematur, o quan s'hagi de congelar aquesta llet.

- Es considera correcta l'esterilització en un rentaplats, si s'utilitza aigua a uns 100°C.
- La forma més pràctica i eficaç d'esterilitzar és la utilització d'un esterilitzador elèctric amb vapor.
- No són recomanables els productes químics per l'esterilització en el procés de congelació de la llet.
- Es poden col·locar en una olla gran, tots els productes a esterilitzar (sempre i quan siguin en poques quantitats), omplir d'aigua fins a cobrir-los, arribar a l'ebullició a foc ràpid i posteriorment disminuir el foc només perquè segueixin bullint. Al cap de cinc minuts retirarem tot el material de làtex, la resta la deixarem quinze minuts més.

Conservació:

Identificar els biberons amb la data.

No omplir els biberons en la capacitat total, la llet al congelar-se augmenta el seu volum.

Si l'extracció de la llet es de poca quantitat, podem guardar les diverses extraccions a la nevera i al final del dia, ajuntar-les en un biberó i col·locar-se en el congelador un cop sigui freda.

Comprovarem sempre la temperatura de la nevera o congelador.

No és aconsellable congelar la llet durant períodes molt llargs. A partir de 5 mesos es pot alterar la composició química de la llet (els components grassos es desnaturalitzen i la llet perd part de la seva capacitat d'eliminar organismes nocius).

Comprovar la temperatura de la llet després dels talls d'electricitat.



Temperatures de conservació de la llet:

- de 4 a 6 hores quan es manté a 25°C
- fins a 10 hores quan es manté entre 19°C i 22°C
- fins a 8 dies si està refrigerada (al frigorífic) entre 0°C i 4°C
- fins a 2 setmanes en un congelador situat dins d'un frigorífic
- fins a 3-4 mesos quan el congelador i el frigorífic tenen portes separades (tipus combi).

Transport:

Pel transport de la llet freda o congelada, podem utilitzar un mitjà fred i ràpid:

- Tèrmo.
- Nevera portàtil.
- Bossa isotèrmica.

Quant la llet arribi a la seva destinació cal que ens assegurem que segueixi estant freda o congelada. Suposant que la llet congelada s'hagués descongelat, la col·locarem immediatament a la nevera i la utilitzarem abans de dotze hores.

Descongelació:

- No es pot descongelar la llet la nit anterior.
- No deixar-la descongelar a temperatura ambient.
- No accelerar el procés de descongelació al foc ja que es coagularà.
- No utilitzar el microones per a descongelar o escalfar la llet. Les vitamines es destrueixen i poden quedar zones massa calentes que lesionin la boca del nadó.

Mètode:

Cal retirar el biberó del congelador 30 minuts abans d'utilitzar-la. Col·locar-la sota l'aigua calenta de l'aixeta mentre augmentem progressivament la temperatura de l'aigua fins que estigui calenta (36°C).

Barrejar el biberó abans de donar-li al nadó

La llet que sobri s'ha de tirar.

No es pot tornar a congelar la llet descongelada, si que es pot refrigerar fins a 24 hores per fer-la servir posteriorment.

Si disposem de llet fresca i congelada, primerament utilitzarem la fresca i deixarem la congelada com a suplement.