

COMO OFERECER O LEITE MATERNO ARMAZENADO

1. Na hora de alimentar o bebê, aquecer o leite congelado em banho-maria na quantidade a ser oferecida.
2. Dar o leite sempre em colher ou copinho devidamente esterilizados.
3. Não utilizar chucas, mamadeiras ou chupetas, porque elas interferem na sucção do bebê, fazendo que depois ele não retire a quantidade de leite de que necessita do seu peito, podendo parar de mamar.
4. O leite pasteurizado, disponível nos Bancos de Leite Humano, tem prazo de validade de seis meses.
5. O leite degelado pode ser conservado na geladeira, na prateleira superior, por 24 horas.

DICAS IMPORTANTES

Aprender a retirar, conservar e armazenar o leite do peito para o próprio filho é importante para toda mãe que precisa ausentar-se de casa por motivo de trabalho, que tenha o filho internado em hospital (prematureiro ou doença) ou que precisa afastar-se de casa por outros motivos. Ao retirar o leite do peito, a mãe mantém a produção do leite e faz que o filho se alimente corretamente quando tiver necessidade de ausentar-se. No trabalho ou em sua casa, é importante reservar um tempo para retirar o leite.

Caso você:

- Deseje doar seu leite.
- Necessite de orientação sobre amamentação.
- Esteja com dúvidas ou problemas nas mamas no período da amamentação.



Ligue para o
Banco de Leite
Humano mais
próximo



Ministério
da Saúde



**"EU DOEI LEITE MATERNO.
DOE VOCÊ TAMBÉM."**



Dicas e procedimento para coleta
e armazenamento de leite materno

MUITAS VIDAS DEPENDEM DESTES GESTOS

Toda mãe oferece carinho e afeto para o seu bebê. Amamentar, nem todas conseguem. E, embora a indústria crie alternativas, nada substitui o leite materno. Tanto que nos primeiros seis meses de vida o leite do peito fornece tudo de que o bebê precisa para se alimentar. Além do mais, o leite materno funciona como uma vacina contra doenças. Em outras palavras, é insubstituível. Só resta às mães que não podem amamentar a solidariedade de outras mães, como você. Por isso, seja uma doadora. Com apenas um gesto, você contribui para a redução da mortalidade infantil, melhora a qualidade de vida dos bebês beneficiados e, ainda, ganha a gratidão de muitas mães.

QUEM PODE DOAR

Doadora é toda mulher saudável, com excesso de leite no peito e que não use medicamentos que impeçam a doação.

QUEM RECEBE O LEITE QUE VOCÊ DOA

Bebês prematuros e/ou doentes internados nas unidades neonatais.

INSTRUÇÕES PARA A DOAÇÃO

Antes de doar, tome alguns cuidados:

- Para armazenar o leite, utilize um frasco de vidro com tampa de plástico (como os de café solúvel ou maionese).
- Ferva os vidros e as tampas (sem o papel branco) em uma panela, cobrindo todo o vidro com água, por mais ou menos 15 minutos (tempo contado a partir do início da fervura).

- Deixe-os escorrer em pano limpo até secar. Feche os vidros sem tocá-los na parte interna e nas tampas.
- Lave mãos e braços até o cotovelo com água e sabão em abundância.
- Lave o peito apenas com água antes de iniciar a coleta.
- Seque as mãos e as mamas com toalha limpa.
- Reserve um lugar limpo e tranquilo para retirar o leite.
- Retire o leite depois da mamada ou quando as mamas estiverem muito cheias.
- Evite conversas durante a retirada do leite.

Não esqueça de prender os cabelos, com uma touca, como as usadas para o banho, e colocar uma máscara sobre o nariz. A máscara pode ser substituída por um pano limpo ou até mesmo uma fralda, principalmente, se você estiver resfriada.

TÉCNICA PARA A RETIRADA DO LEITE

Antes de iniciar a retirada, é importante:

1. Massagear os peitos, utilizando a polpa dos dedos para fazer movimentos circulares no sentido da aréola (parte escura) para o corpo.
2. Colocar o polegar acima da linha onde acaba a parte escura e amendoada do peito e os dois primeiros dedos abaixo. Firmar os dedos e empurrar para trás em direção ao corpo. Tentar aproximar a ponta do polegar com os outros dedos até sair o leite.
3. Desprezar os primeiros jatos e, em seguida, abrir o vidro e colocar a tampa sobre a mesa forrada com um pano limpo, com a abertura para cima.
4. Colher o leite no frasco de vidro devidamente esterilizado. Após terminar a ordenha, fechar bem o vidro.
5. Anotar na tampa a data em que iniciou a coleta e guardar o vidro no congelador da geladeira ou no freezer por até 15 dias.

6. Ligar para a Central de Atendimento à Doação ou para o Banco de Leite Humano mais próximo de sua casa para recolherem o leite armazenado para doação.

Lembre-se: você pode utilizar o mesmo processo para armazenar o leite para o seu próprio bebê.

COMO COMPLETAR O VOLUME DO LEITE NO FRASCO QUE JÁ ESTÁ NO CONGELADOR

1. Para coletar, utilizar um copo de vidro previamente esterilizado (fervido por 15 minutos) e seco (escorra em um pano limpo).
2. Colocar o leite recém-coletado sobre aquele que já está armazenado no freezer ou congelador. Guardar imediatamente.
3. Esse procedimento deve ser repetido até faltarem aproximadamente dois dedos para encher o frasco.
4. Antes de completar 15 dias do início da coleta, entrar em contato com a Central de Atendimento à Doação.
5. O leite coletado também pode ser entregue diretamente ao Banco de Leite mais próximo. E deve ser transportado em um recipiente de isopor.
6. Todo leite coletado e doado é analisado, pasteurizado e realizado controle de qualidade.

Todo leite doado só pode ser oferecido às crianças que necessitam após a pasteurização em um banco de leite humano.

