

CONSERVACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DE LA LECHE MATERNA EN LA ESCUELA INFANTIL

(Recomendaciones basadas en el Documento de Consenso sobre la Alimentación Saludable y Sostenible en el Primer Ciclo de Educación Infantil. AESAN)



La colaboración entre las familias y el centro educativo es fundamental para facilitar la continuidad de la lactancia materna. Una correcta manipulación, conservación y administración de la leche ayuda a mantener su calidad y seguridad.

Recepción de la leche en el centro

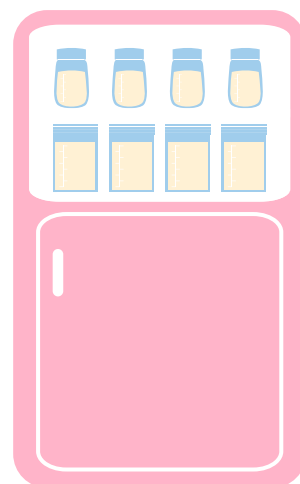
Para garantizar una correcta identificación, cada recipiente debe estar etiquetado con:

- El nombre del niño o la niña.
- La fecha de extracción.
- La cantidad de leche.
- Las familias deben proporcionar la leche en recipientes limpios y adecuados para su conservación.



Conservación de la leche

La leche materna debe conservarse en el mismo recipiente aportado por la familia y mantenerse refrigerada hasta el momento de su administración. Esta recomendación es aplicable tanto a la leche fresca como a la leche previamente congelada. Si la madre trae leche materna y un preparado para lactantes se recomienda administrar la leche materna en primer lugar.



Descongelación y calentamiento

Siempre que sea posible, es preferible que la familia aporte la leche ya descongelada desde casa.

Para calentarla pueden utilizarse sistemas seguros como:

- Poner el agua a hervir (al baño maría, al microondas o poniendo agua caliente del grifo) y cuando hierva, retirarla del fuego o sacarla del microondas e introducir el recipiente de la leche. En caso de utilizar agua caliente del grifo, habrá que renovar el agua hasta conseguir que la Leche se descongele o se caliente.
- Un calienta biberones.



RECORDAR

- Antes de administrarla, debe mezclarse suavemente y comprobar su temperatura.
- No debe calentarse directamente al fuego ni al baño maría ya que no debe llegar al punto de ebullición con el fin de no destruir los nutrientes
- No se recomienda utilizar el microondas para descongelar o calentar la leche materna, ya que puede alterar sus propiedades y aumentar el riesgo de quemaduras.

Después de la toma

Si sobra leche después de una toma, no debe guardarse ni reutilizarse. La leche restante debe desecharse para evitar posibles contaminaciones. Si la leche descongelada no se utiliza inmediatamente, puede conservarse refrigerada y utilizarse en las 24 horas siguientes. No debe volver a congelarse.

¿Es normal que cambie el olor o el sabor?

En ocasiones, la leche materna descongelada puede presentar un olor o un sabor diferente de los habituales. Esto se debe a la acción de una enzima llamada lipasa, que participa en la digestión de las grasas de la leche. Este cambio no es perjudicial para el bebé, aunque algunos lactantes pueden rechazarla.

La lactancia materna puede continuar con normalidad durante la etapa de escuela infantil. La colaboración entre las familias y el personal educativo, junto con una correcta conservación y manipulación de la leche, contribuye a crear un entorno seguro y favorecedor para los niños y las niñas.