

CONSERVACIÓ I ADMINISTRACIÓ DE LA LLET MATERNA A L'ESCOLA INFANTIL

(Recomanacions basades en el Documento de Consenso sobre Alimentación Saludable y Sostenible en el Primer Ciclo de Educación Infantil. AESAN)



La coordinació entre les famílies i el centre educatiu és fonamental per facilitar la continuïtat de la lactància materna. Una correcta manipulació, conservació i administració de la llet ajuda a mantenir-ne la qualitat i la seguretat.

Quan la llet arriba al centre

Per garantir una identificació correcta, cada recipient ha d'estar etiquetat amb:

- El nom de l'infant.
- La data d'extracció.
- La quantitat de llet.

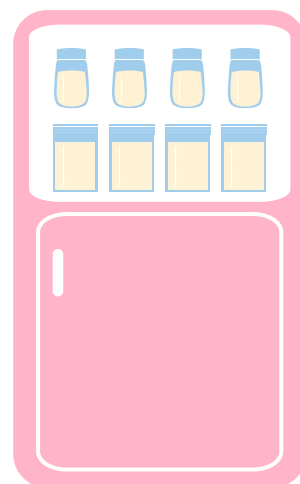
Les famílies han de proporcionar la llet en recipients nets i adequats per a la seva conservació.



Conservació de la llet

La llet materna s'ha de conservar en el mateix recipient aportat per la família i mantenir-se refrigerada fins al moment de la seva administració. Aquesta recomanació és aplicable tant a la llet fresca com a la llet prèviament congelada.

Si la mare ens du llet materna i un preparat per lactants es recomana sempre utilitzar primer la llet materna



Descongelació i escalfament

Sempre que sigui possible, és preferible que la llet arribi al centre ja descongelada.

Per escalfar-la es poden utilitzar sistemes segurs com:

- Escalfar aigua (al bany maria, al microones o posant aigua calenta de l'aixeta) i, quan bulli, retirar-la del foc o el microones i introduir el recipient de la llet. En el cas d'aigua de l'aixeta, caldrà renovar l'aigua fins aconseguir que la llet es descongeli o s'escalfi.
- Un escalfabiberons.



RECORDAR

- Abans d'administrar-la, s'ha de barrejar suaument i comprovar-ne la temperatura.
- No escalfar la llet directament al foc ni directament al bany maria, ja que no ha d'arribar al punt d'ebullició per tal de no destruir els nutrients.
- No és recomanable utilitzar el microones per descongelar o escalfar la llet materna, ja que pot alterar-ne les propietats i augmentar el risc de cremades.

Després de la presa

Si sobra llet després d'una presa, no s'ha de guardar ni reutilitzar. La llet restant s'ha de rebutjar per evitar possibles contaminacions.

Si la llet descongelada no s'utilitza immediatament, es pot conservar refrigerada i utilitzar-se durant les 24 hores següents. No s'ha de tornar a congelar.

Canvis d'olor o de gust: són normals?

De vegades, la llet materna descongelada pot presentar una olor o un gust diferents dels habituals. Això es deu a l'acció d'un enzim anomenat lipasa, que participa en la digestió dels greixos de la llet. Aquest canvi no és perjudicial per a l'infant, encara que alguns nadons poden rebutjar-la.

La lactància materna pot continuar amb normalitat durant l'etapa d'escola infantil. La col·laboració entre les famílies i el personal educatiu, juntament amb una correcta conservació i manipulació de la llet, contribueix a crear un entorn segur i facilitador per als infants.