

INDICAZIONI PER LA RACCOLTA, CONSERVAZIONE E TRASPORTO DEL LATTE MATERNO AL SERVIZIO EDUCATIVO PER L'INFANZIA

PREMESSA

L'Unione Europea (UE), è concorde nel sottolineare l'importanza di un'adeguata nutrizione come uno dei determinanti principali per la salute umana.

In particolare, visto il crescente aumento di sovrappeso e obesità in bambini e adolescenti, è fondamentale favorire un contesto di prevenzione e promozione della salute anche attraverso raccomandazioni per un'alimentazione salutare a partire dalla prima infanzia.

Durante i primi sei mesi, il latte materno contribuisce alla crescita, allo sviluppo e al mantenimento di un buono stato di salute. In seguito, un'alimentazione complementare appropriata e una transizione verso una dieta familiare bilanciata e nutriente sono fondamentali per la prevenzione di sovrappeso e obesità e per la promozione di sani stili di vita.



"I benefici dell'allattamento al seno per il bambino, per la madre, per la famiglia, per il sistema sanitario e la società sono tanti e così ben documentati, che non dovrebbero esserci dubbi circa la necessità di proteggerlo, promuoverlo e sostenerlo"

(Dichiarazione degli Innocenti -1990 / Dichiarazione congiunta OMS/Unicef - 2005)

A CASA...

1. RACCOLTA DEL LATTE

È necessario adottare semplici misure di pulizia ed igiene:

- ▶ lava accuratamente le mani con acqua e sapone;
- ▶ assicura una adeguata igiene delle mammelle e dei capezzoli;
- ▶ utilizza recipienti e tiralatte lavati con acqua calda saponata, risciacquati con acqua calda e lasciati asciugare per semplice sgocciolamento al fine di evitare contaminazioni (non asciugare con salviette di tessuto o carta). Può essere utilizzata la lavastoviglie.

È buona abitudine prevedere l'immersione dei recipienti e del tiralatte in acqua bollente per 10 minuti.

Ogni mamma saprà regolarsi per l'uso del tiralatte secondo le sue abitudini.

Forniamo però alcune indicazioni di massima:

- ▶ generalmente utilizzare il tiralatte con la stessa frequenza con cui il proprio bambino si attaccherebbe al seno;
- ▶ per mantenere la produzione lattea ed evitare la formazione di ingorghi mammari vengono consigliate le 7-10 volte nell'arco delle 24 ore per 15-20 minuti ogni volta.

2. CONSERVAZIONE DEL LATTE

- ▶ Utilizza contenitori in vetro o plastica dura per alimenti dotati di coperchio a tenuta ermetica (si sconsiglia l'utilizzo di appositi sacchetti di plastica in quanto risulta più facile la loro rottura con il rischio di perdita e/o contaminazione del latte materno);
- ▶ ogni contenitore dovrebbe raccogliere di solito dai 60 ai 120 ml di latte materno. Segui le indicazioni del Pediatra di fiducia, confeziona i contenitori con il quantitativo di latte necessario ad ogni poppata per il proprio bambino;
- ▶ per raggiungere il quantitativo desiderato, raccogli il latte prelevato dal seno in momenti diversi della stessa giornata avendo la cura di raffreddare il latte dell'ultima raccolta prima di aggiungerlo a quello raccolto precedentemente e conservato correttamente in frigorifero;
- ▶ il latte raccolto nella giornata deve essere etichettato e tenuto separato dal latte di altri giorni;
- ▶ il latte materno appena prelevato dal seno materno non va aggiunto al latte materno già congelato in quanto ne provocherebbe un parziale scongelamento.

LO SAI CHE

Il latte materno fresco può essere conservato, mantenendo inalterato il suo valore nutrizionale,

- ▶ *a temperatura ambiente non superiore ai 25° C per 4 ore;*
- ▶ *in frigorifero a +4° C per 48 ore;*
- ▶ *se sottoposto a congelamento:*
 - *a -15°C per due settimane*
 - *a -18°C per 3- 6 mesi*
 - *a -20°C per 6-12 mesi*
- ▶ *una volta scongelato, a + 4° C e va consumato entro 24 ore*

3. TRASPORTO DEL LATTE MATERNO

- ▶ Usa biberon di vetro (pyrex) o plastica (polipropilene) con coperchio ermetico;
- ▶ predisponi un biberon per ogni poppata prevista al nido;
- ▶ apponi su ogni biberon un'etichetta che riporti il nome del bambino;
- ▶ trasporta i biberon utilizzando una borsa refrigerante ed avendo cura di conservare il latte nel frigorifero di casa fino al momento immediatamente precedente il trasporto.

AL SERVIZIO EDUCATIVO PER L'INFANZIA ("NIDO") ...

1. RICEVIMENTO DEL LATTE MATERNO

- ▶ Il personale incaricato del servizio prende in consegna dalla madre del bambino/a (o da altra persona autorizzata dalla madre) il latte materno contenuto in un biberon e trasportato con modalità in grado di garantire la corretta temperatura di conservazione;
- ▶ al ricevimento l'operatore verifica sul biberon l'etichetta adesiva indicante il nome del bambino/a, aggiunge un'etichetta con la data ultima per l'utilizzo firmata dalla madre e posizionata a cavaliere, in parte sul coperchio ed in parte sul biberon, in modo da sigillarlo;
- ▶ compila inoltre apposita scheda di ricevimento secondo quanto previsto dal piano di autocontrollo. Il servizio educativo per l'infanzia diventa infatti responsabile della conservazione e somministrazione del latte materno ricevuto in consegna.

2. CONSERVAZIONE DEL LATTE MATERNO

Il biberon con il latte materno viene posto immediatamente in frigorifero alla temperatura di +4° C fino al momento dell'utilizzo.

È preferibile utilizzare un frigorifero dedicato appositamente alla conservazione del latte materno evitando la promiscuità di conservazione con altre tipologie di alimenti. Nei casi in cui non sia possibile disporre di frigorifero dedicato si raccomanda la conservazione dei biberon contenenti il latte materno all'interno di un apposito contenitore di plastica chiuso, nettamente separato dagli altri alimenti.

Il latte materno consegnato giornalmente deve essere consumato in giornata al fine di evitare problematiche di stoccaggio e gestione delle scorte.

3. SOMMINISTRAZIONE DEL LATTE MATERNO

L'operatore del servizio educativo per l'infanzia, incaricato, dopo essersi accuratamente lavato le mani:

- ▶ controlla i dati riportati sull'etichetta del biberon e l'integrità della stessa;
- ▶ per omogeneizzare la componente liquida con quella grassa del latte che tende a salire in superficie, inclina ripetutamente e delicatamente il biberon, senza agitarlo o scuoterlo, e procede al suo riscaldamento utilizzando esclusivamente scaldabiberon adeguatamente termostato a 37° C.



Si raccomanda di non usare mai fuoco diretto (difficoltà a gestire la temperatura di riscaldamento del latte) o microonde (disomogeneo riscaldamento con possibile pericolosa presenza di punti eccessivamente caldi - "hot spots" che potrebbero provocare ustioni della bocca del bambino).

- ▶ Il latte residuo della poppata non va conservato e deve essere eliminato.
- ▶ Il biberon deve essere lavato con detergente per stoviglie, risciacquato e riconsegnato pulito alla madre.

Su specifica richiesta della madre o per i bambini che ne facciano già uso, per la somministrazione del latte materno potranno essere utilizzati anche piccoli bicchieri o tazze o cucchiaini al posto del biberon.

Il locale per allattamento dovrebbe essere organizzato:

- 1) al di fuori del nido vero e proprio in modo tale che la mamma per allattare non debba entrare nei locali riservati ai bimbi;
- 2) il locale deve essere comunque all'interno della struttura, solitamente prima degli spazi bimbi (in modo tale che il bimbo non debba subire sbalzi di temperatura);
- 3) la stanza deve essere fornita di finestra, poltrona (o seggiola o divano) adatto all'allattamento, lavandino per l'igiene personale della mamma con detergenti per la pulizia del seno;
- 4) culla;
- 5) fasciatoio per il lattante, scaldabiberon, smaltimento pannolini;
- 6) la mamma dopo l'allattamento ha il compito di riordinare la stanza che verrà poi pulita dal personale del servizio;
- 7) la stanza deve essere fornita di adeguati contenitori per lo smaltimento dei rifiuti.