

Conservazione del latte materno "tirato"

- Scegliere un contenitore adatto, in vetro o plastica, che possa essere coperto. Lavare con acqua calda e sapone, e risciacquare con acqua calda. Se la mamma si estrae il latte manualmente può versare il latte direttamente nel contenitore.
- Se si conservano più contenitori, ognuno dovrebbe avere un'etichetta con la data. Usare per prima il latte più vecchio.
- Il bimbo dovrebbe consumare il latte tirato il prima possibile dopo il tiraggio stesso. E' consigliabile consumare il latte fresco anzichè congelarlo.
- Il latte congelato può essere scongelato lentamente in frigorifero e usato entro 24 ore. Può anche essere scongelato a bagnomaria e consumato entro un'ora, tiepido. Non far bollire il latte o riscaldarlo nel forno a microonde, perderebbe alcune delle sue proprietà e potrebbe bruciare le labbra del bimbo.

Stoccaggio del latte materno

Lattante sano a casa

Latte Fresco

- a 25-37°C per 4 ore,
a 15-25°C per 8 ore,
sotto i 15°C per 24 ore.

Il latte non andrebbe conservato sopra i 37°C.

- Latte in frigorifero (2 e i 4°C): fino a 8 giorni.
Mettere il contenitore nella parte più fredda del frigorifero o congelatore. Molti frigoriferi non hanno una temperatura costante, quindi la mamma dovrebbe consumare il latte entro 3-5 giorni o congelare il latte che non verrà usato entro 5 giorni se ha un congelatore a disposizione.

Latte congelato

- Nel compartimento freezer del frigorifero: 2 settimane
- Nel compartimento freezer di un congelatore: 3 mesi
- In un congelatore a parte: 6 mesi
- Scongelato in frigorifero: 24 ore (non ri-congelare), o messo a bagnomaria per scongelarlo velocemente.

Lattante malato in ospedale

Latte fresco

- a temperatura ambiente (fino a 25°C): 4 ore
- in frigorifero (2-4°C) : 48 ore

Latte congelato

- nel compartimento freezer del frigorifero: 2 settimane
- nel compartimento freezer di un congelatore o in un surgelatore separato (-20°C): 3 mesi
- scongelato in frigorifero: 12 ore (non ri-congelare)

da

UNICEF/WHO Breastfeeding Promotion and Support in a Baby-Friendly Hospital – 20 hour Course 2006 pag.164

A cura di Tania Pedini