

# SEGURIDAD EN LA ALIMENTACIÓN CON LECHE MATERNA EN EL HOSPITAL.

## Información sobre su uso

Alarcos Merino, Granada. Aragón Nuñez, Maite

**INTRODUCCION:** La lactancia materna es la forma idónea de alimentación en los primeros años de vida. Uno de los objetivos centrales de los hospitales debería ser el desarrollo de protocolos para el manejo de problemas médicos comunes que puedan impactar el éxito de la lactancia, facilitándose así la alimentación del lactante en función de las recomendaciones actuales de la AEP y la OMS, seis primeros meses de lactancia exclusiva continuando con alimentación complementaria hasta los dos años o más.

La leche humana almacenada sigue manteniendo cualidades únicas haciéndola superior a la alimentación artificial. Guía para el almacenamiento de leche:

Lugar de almacenamiento	Temperatura	Máxima duración
Temperatura ambiente	16-29 °C	3-4 horas optimo 6-8 horas aceptable
Refrigerador	Menos de 4°C	72 horas optimo 5-8 días aceptable
Congelador	Menos de -17°C	6 meses optimo 12 meses aceptable

### TÉCNICA:

- Usar envases de uso alimentario, ya sea de cristal o de plástico libre de bisfenol A, nunca botes de orina. No es necesario esterilizar, solo lavar con agua caliente y jabón.
- La extracción puede realizarse con las manos (técnica marmet) o usando un sacaleches. No siendo necesario lavar los pechos o pezones antes de la extracción.
- La leche se puede descongelar sumergiendo el recipiente en otro con agua caliente, mejor que calentándola directamente. No usar el microondas ni hervir.
- La leche descongelada se puede guardar en la nevera 24 horas pero no se debe volver a congelar (siempre que no haya estado en contacto con saliva, esta se debe desechar)
- Enfriar leche recién extraída antes de mezclar con otra almacenada anteriormente en el frigorífico o congelador.

### OBSERVACIONES:

- Si la leche no se va a usar ese mismo día lo mejor es congelarla, en cantidades de 60-120 ml para no desperdiciarla y dejando un espacio en la parte superior para permitir la expansión. Usar siempre la parte de atrás del congelador.
- Las madres y el personal deben lavarse escrupulosamente las manos con agua y jabón antes de manipular leche o recipientes.
- Desechar la leche que haya estado en contacto con la boca del bebé.
- Los recipientes deben estar claramente identificados con la fecha de extracción, el nombre y dos apellidos del lactante, para evitar que se administre a un lactante diferente, usando siempre la fecha más antigua.
- Puede que la leche humana almacenada tenga olor y sabor alterados debido a la actividad de la enzima lipasa. No es dañino aunque algunos niños se niegan a tomarla.

### BIBLIOGRAFIA:

- ❖ ABM Protocolo Clínico : Almacenamiento de Leche Humana. Información para el Uso Casero en Bebés a Término. Medicina de la Lactancia Materna Volumen 5, Numero 3, 2010.
- ❖ Protocolo para la Alimentación con Leche Materna en las Escuelas Infantiles. AEP. Comité de Lactancia Materna, 2012