



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
NÚCLEO DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL
SERVIÇO DE NUTRIÇÃO
nutricao.ndi@contato.ufsc.br
3721-3569 (whatsapp)

ORIENTAÇÕES QUANTO À EXTRAÇÃO, ARMAZENAMENTO E TRANSPORTE DO LEITE MATERNO CONFORME NOTA TÉCNICA Nº 3049124/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE

O ingresso de um bebê na escola pode ser um momento desafiador para a continuidade do aleitamento materno. Nesse sentido, o Núcleo de Desenvolvimento Infantil (NDI) oferece apoio ao aleitamento materno e incentiva disponibilizando estas orientações sobre a retirada do leite materno.

A Organização Mundial da Saúde e o Ministério da Saúde recomendam o aleitamento materno até os dois anos ou mais, sendo de forma exclusiva até os seis meses de vida da criança.

Extração do leite materno em casa, no trabalho ou na escola

As mulheres que deixam seus filhos no NDI podem retirar o seu leite em casa, no ambiente de trabalho ou até mesmo na própria escola e armazená-lo de forma adequada.

Frascos para armazenar o leite materno

O frasco deve ser de vidro incolor, de boca larga e com tampa plástica rosqueável. Podem-se utilizar vidros reciclados de café solúvel, por exemplo. Não devem ser utilizados frascos com tampa de metal.

Antes de lavá-los, retirar rótulos e papéis, inclusive da parte de dentro da tampa.

O frasco e a tampa devem ser lavados com água e sabão e depois enxaguados.

Colocar o frasco e a tampa em uma panela com água e fervê-los por 15 minutos, contando o tempo a partir do início da fervura.

Escorrer a tampa e o vidro sobre um pano limpo ou papel toalha, emborcados.

Deixá-los secar naturalmente e, após ficarem completamente secos, devem ser fechados e identificados com uma etiqueta ou esparadrapo, de preferência na tampa. Guardar em um recipiente com tampa.

A etiqueta deve conter o nome completo da mulher e da criança, a data da primeira coleta, assim como a turma em que a criança está matriculada, conforme modelo de etiqueta.

MODELO DE ETIQUETA DE IDENTIFICAÇÃO PARA FRASCOS DE LEITE MATERNO

Etiqueta de identificação para frascos de leite materno (modelo)	
Nome da mãe:	
Nome da criança:	Turma:
Data da primeira coleta:	

Quando o leite materno for extraído em diferentes momentos e guardado em um mesmo frasco, **a validade será a data da primeira coleta**. Por essa razão, deve-se identificar o frasco com a data e hora da primeira retirada do leite materno.

Como realizar a extração do leite materno

- Retirar o leite materno em um ambiente tranquilo e mais confortável possível.
- Evitar retirar o leite materno no banheiro ou ao ar livre para evitar sua contaminação ou que caia alguma sujidade no frasco.
- Deixar o frasco devidamente higienizado e identificado próximo.
- Retirar adornos, como anéis, pulseiras e relógio.
- Cobrir os cabelos com uma touca ou lenço ou qualquer outro tecido limpo.
- Lavar as mãos e os braços até o cotovelo com água e sabão.
- Secar as mãos e as mamas com papel-toalha (sem deixar resíduo de papel) ou com um pano limpo.
- Iniciar a extração do leite materno, de forma manual ou com bomba, massageando toda a mama com as pontas dos dedos ou palma da mão, de forma circular, começando pela parte escura da mama, a aréola.
- Retirar o leite do peito, colocando o dedo polegar acima da linha que delimita o fim da aréola e os dedos indicador e médio abaixo dela (formando um "C").
- Firmar os dedos e empurrá-los para trás em direção ao tronco, apertar o polegar ao encontro dos outros dedos até começar a sair o leite.
- Não deslizar os dedos sobre a mama para não machucá-la.
- Desprezar os primeiros jatos ou gotas.
- Abrir o frasco e deixar a tampa próxima apoiada em um local limpo com a parte interna voltada para cima.
- Pode ser que o frasco não fique cheio nesta primeira extração. Mas se for encher, o conteúdo deve chegar até no máximo dois dedos abaixo da boca do vidro.
- Caso seja necessário completar o frasco em outras extrações, não há problema, pode-se retirar o leite materno em um outro momento em um recipiente de vidro (copo, xícara, caneca ou frasco de boca larga), devidamente higienizado e colocar este leite no mesmo frasco com o leite materno que já estava congelado no freezer ou congelador, deixando sempre um espaço de pelo menos dois dedos entre a boca do vidro e o leite materno. Não se deve encher por completo o frasco de vidro porque ele pode quebrar com o congelamento.
- Evitar falar durante a extração do leite materno.

Armazenamento do leite materno em casa ou no trabalho

- Após terminar a coleta, o frasco etiquetado deve ser bem fechado e guardado no congelador ou no freezer por até 15 dias, contados do dia da primeira extração.
- Os frascos devem ser colocados em ordem, com os mais antigos na frente. Esses devem ser utilizados primeiro.
- O leite que ultrapassar o período de 15 dias guardado no congelador deve ser descartado.

Para evitar desperdício, recomenda-se que o leite materno seja armazenado em frascos que correspondam a porções suficientes para cada refeição da criança.

Transporte do Leite Materno

O frasco de vidro com o leite materno deve ser retirado do congelador de casa ou do trabalho apenas no momento de saída para a escola. Sempre transportar o leite congelado.

Colocar o pote de vidro em posição vertical (com a tampa virada para cima) dentro de um isopor, caixa térmica ou bolsa térmica.

Os recipientes usados para o transporte do leite materno devem estar em boas condições, limpos e sem outros objetos.

Para limpeza do recipiente, recomenda-se lavar com água e sabão abundantemente e deixar secar completamente, para evitar a formação de mofo.

Caso necessário, após a limpeza, pode-se desinfetar o material com água sanitária diluída ou outro saneante adequado, sempre seguindo as orientações de diluição, tempo de contato e enxágue presentes no rótulo do produto.

Recepção do leite materno na escola

É importante que o serviço de Nutrição do NDI seja avisado pela família ou professora sobre a entrega do leite materno. A entrega deve ser feita diretamente na cozinha do NDI, nunca deve permanecer em sala ou na bolsa.

O frasco transportado de casa ou do trabalho com o leite materno deve chegar congelado dentro de um isopor, caixa térmica ou bolsa térmica e entregue na cozinha do NDI.

O frasco deve estar devidamente identificado. Caso esteja faltando algum dado, a mãe pode preencher no ato do recebimento do leite.

O frasco deve estar devidamente vedado.

O leite materno deve estar sem sujidades, como cabelo, insetos ou outras matérias estranhas.

Deve-se verificar o prazo de validade deste leite, o qual não deve ser recebido após 15 dias da data da primeira coleta identificada no frasco.

O leite materno que não estiver de acordo com qualquer um dos itens acima não deve ser recebido.

O leite materno deve ser utilizado na escola no mesmo dia que for recepcionado. O leite que não for utilizado deve ser descartado ao final do dia.

Como oferecer o leite retirado à criança

A criança só deve receber o leite materno da sua própria mãe, pelos riscos de transmissão de doenças infectocontagiosas, como a Aids.

Acomodar a criança ao colo, acordada e tranquila. Posicioná-la o mais sentada possível, com a cabeça firme e o pescoço alinhado ao corpo, não devendo ficar torcido.

Encostar a borda do copo ou xícara ou colher entre a gengiva e o lábio inferior da criança e deixar o leite materno tocar em sua boca sem entorná-lo para dentro para evitar engasgo. A criança fará movimentos de lambida, engolindo o leite.

Descartar o leite materno que sobrou no copo, xícara ou colher. OBS.: a sobra do leite no copinho ou xícara é um sinal de saciedade da criança.

Descarte da sobra do leite materno

Após o descarte da sobra do leite materno armazenado nos frascos, estes deverão ser devidamente higienizados com água e sabão pela cozinha e entregues às respectivas famílias. Recomenda-se que todos os utensílios (esponjas e escovas, por exemplo) utilizados para higienizar os frascos e copinhos que tiveram contato com leite materno sejam separados dos demais.

FLUXO DE ETAPAS PARA OFERTA DO LEITE MATERNO NAS ESCOLAS



O NDI incentiva o aleitamento materno até os dois anos, sendo de forma exclusiva até os seis meses de vida da criança. No entanto, sendo necessário e orientado pelo pediatra é possível que a cozinha também receba fórmula. Para isso também é necessário que as nutricionistas sejam comunicadas pela família e a fórmula entregue na cozinha identificada com nome da criança e turma, medida de leite e de água e horário de preparo.

Fonte: NOTA TÉCNICA Nº 3049124/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE