

ASPECTOS A CONSIDERAR PARA UN PROCESO EXITOSO DE LACTANCIA MATERNA, CUANDO NIÑAS Y NIÑOS ASISTEN A ALGUNA **ALTERNATIVA DE CUIDO**

Se debe garantizar la lactancia materna exclusiva de las niñas y niños menores de 6 meses de edad y la lactancia materna continuada desde los 6 meses hasta los 2 años de edad o más. Así mismo es obligación de todas las personas involucradas en el cuidado y desarrollo de las niñas y los niños, velar por el cumplimiento a la Normativa Nacional sobre Lactancia Materna.

EXTRACCIÓN DE LA LECHE MATERNA:

- La madre la extrae en su domicilio con técnica manual o con extractor manual (según técnica que le fue explicada en los servicios de salud, si la madre tiene dudas de cómo hacer esto, se le debe recomendar que asista



a una Clínica de Lactancia Materna y Desarrollo en su hospital de pertenencia).

Almacenarla en la refrigeradora por uno o dos días. Si la guarda más de tres días debe meterla en el congelador.

NOTA: Abrir lo menos posible la puerta de la refrigeradora durante el día para mantener la temperatura interna del refrigerador y evitar exponer la leche materna a cambios constantes de temperatura.

Cuando se brinda la alimentación complementaria se recomienda las tomas de leche materna de la siguiente frecuencia:

- De 6 y 7 meses de edad, entre 2 y 3 tomas en 7 horas, después del consumo de sus alimentos.
- De 8 y 12 meses de edad, entre 1 y 2 tomas en 7 horas ya que sus tiempos de comida aumentan, lo cual de manera natural hace disminuir el número de tomas de leche materna.

TRANSPORTE DE LECHE MATERNA EN:

- De ser posible, se recomienda utilizar frascos de vidrio con tapas plásticas de rosca, con capacidad de 4 a 5 onzas que equivale a una toma aproximadamente.



- Los frascos deben estar debidamente rotulados con el nombre de la niña y el niño y sus apellidos para evitar confusiones al momento de administrar la leche, cada infante solo puede tomar la leche proveniente de su madre.
- Las tapas de los frascos deben quedar bien cerradas, para evitar derrames durante el transporte desde el domicilio y durante el proceso de vaciado al beberito cuando se va a administrar la leche materna a la niña o niño."
- Deben ser transportados en bolsas térmicas o en hieleras.
- La leche debe estar líquida, no congelada.
- Los frascos con leche materna para ingesta diaria, deben pasar de la hielera de la madre inmediatamente a la refrigeradora donde serán almacenados, en ningún caso pueden ser colocados en las puertas del refrigerador.

PARA EL ALMACENAMIENTO EN LA ALTERNATIVA DE CUIDO:

El uso exclusivo de una refrigeradora para el almacenamiento de leche materna, depende de:



- Número de niñas y niños menores de 6 meses con lactancia materna exclusiva.
- Número de niñas y niños de 6 meses a 1 año con lactancia materna continuada.
- Tiempo de permanencia de esta población en la alternativa de cuidado y desarrollo.

Por ejemplo: Se requiere uso exclusivo de una refrigeradora para el almacenamiento de leche materna cuando:

- Más de 5 niños menores de 6 meses con lactancia materna exclusiva que permanecen más de dos horas.
- Más de 5 niños de 6 a 12 meses con lactancia continuada que permanecen en la alternativa más de 7 horas.

¿Qué hacer cuando el número de niñas y niños que requieren lactancia materna es inferior?:

- Se debe almacenar la leche materna en un refrigerador que se utilice para guardar otros alimentos.
- Colocar los frascos con leche materna en un espacio exclusivo en la rejilla superior bajo el congelador.
- Colocar los frascos al fondo y en bolsas plásticas para evitar que absorban el olor de otros alimentos.
- Almacenarse lejos de carne, pescado y otros.

PARA LA LIMPIEZA:

- La leche sobrante de cada toma y de cada día debe ser desechada.
- Los frascos deben ser retornados a la madre para su lavado y reutilización.

- La madre debe asegurarse de que los frascos que utiliza y sus tapas están bien lavados con agua y jabón, puede utilizar frascos de cualquier alimento considerando la capacidad citada (frascos pequeños que tengan la capacidad de contener de 4 a 5 onzas aproximadamente).
- Cuando se va a administrar o dar la leche materna a la niña o niño, la persona responsable se debe lavar muy bien las manos antes de sacar la leche de la refrigeradora y la debe colocar en un beberito.
- No debe calentarla ni mezclarla con ninguna otra sustancia. Este trasvasado debe hacerse en un lugar limpio, libre de olores fuertes porque la leche materna tiene gran capacidad de absorber sustancias volátiles.
- El beberito debe lavarse con agua y jabón después de cada uso, para prepararlo para la siguiente toma del día. El tamaño del beberito debe ser adecuado a la cantidad de leche que la niña o niño consume en cada toma (4 o 5 onzas aproximadamente).
- Al igual que los frascos, el beberito se devuelve a la madre cada día para que sea pasado por agua hirviendo considerando lo siguiente: Se pone a hervir el agua, cuando está hirviendo se retira la olla del calor, se sumerge el beberito y se deja reposar en el agua por 10 minutos, manteniendo la olla tapada. Luego se bota el agua de la olla con la ayuda de la tapa para no dejar salir al beberito, y se deja enfriar dentro de la olla tapada. Cuando está frío se guarda en una bolsa plástica cerrada con un nudo y se guarda en la refrigeradora para transportarlo al día siguiente.