



***E.O. Ospedali Galliera***

*Ospedale di rilievo nazionale e di alta specializzazione*

Dipartimento delle Scienze Genetiche, Perinatali e Ginecologiche

*Direttore: Dr.ssa Nicoletta Sacchi*

**S.C. Neonatologia**

*Direttore: Dott. Massimo Mazzella*

# CONSERVAZIONE DEL LATTE MATERNO TIRATO ...un dono tutto tuo



# INDICE

Introduzione .....	3
Indicazioni per spremitura e conservazione del latte materno .....	4
Temperature di conservazione .....	4
Contenitori da utilizzare .....	6
Scongelamento .....	6
Riscaldamento .....	6
Da utilizzare in ordine temporale .....	7
Norme igieniche .....	7
Alcuni consigli per te, mamma .....	8

*I motivi per cui una mamma può avere bisogno di tenere da parte un po' del suo latte sono diversi. Un neonato troppo piccolo, un precoce rientro al lavoro, una temporanea separazione dal bambino o un po' di scaramanzia. E' però necessario che il latte venga conservato e riutilizzato nei modi e nei tempi corretti, affinché continui a rappresentare l'alimento ideale del vostro bambino.*

A cura di:  
Dr.ssa Brunella Ravera  
AVF Dina Ibba

## INDICAZIONI PER SPREMITURA E CONSERVAZIONE DEL LM

- Sospensione temporanea dell'allattamento.
- Separazione dal neonato: per mantenere l'offerta.
- Scorta.
- Neonato che non succhia in attesa che lo possa fare.
- Donazione.
- Problemi del seno.
- Svuotamento di un seno troppo pieno e dolente.
- Aumentare la secrezione lattea.

## TEMPERATURE DI CONSERVAZIONE

### **Latte fresco appena tirato a temperatura ambiente**

- temperatura: max 25 °C
- tempo: 4 ore

### **Latte fresco appena tirato refrigerato**

(nel piano più basso del frigo ed in fondo, lontano dalla porta di apertura)

- temperatura; 0-4 °C
- tempo: 24 ore

Per i nati a termine sani, è possibile anche fino a 3-5 giorni.

**Latte trasportato (fresco, refrigerato, congelato)  
in borsa termica con ghiaccio o ghiaccio gel**

- temperatura: 15 °C
- tempo: 24 h

**Latte fresco appena tirato nel compartimento del  
ghiaccio all'interno del frigorifero**

- temperatura: -8 °C circa
- tempo: 2-3 settimane

**Latte congelato in congelatore verticale**

- temperatura: -12°C circa
- tempo: 4 mesi

**Latte congelato in freezer a pozzetto**

- temperatura: -18/20 °C
- tempo: 6-12 mesi

E' possibile raccogliere nello stesso contenitore il latte a più riprese nelle 24h, avendo l'accorgimento di chiuderlo ermeticamente e raffreddarlo sotto il getto di acqua fredda dopo ogni raccolta. Riporre il recipiente nel ripiano più freddo dopo ogni seduta di raccolta.

Latte scongelato in frigorifero: 24 ore  
NON RICONGELARE

## CONTENITORI DI UTILIZZARE

Vetro o polipropilene (plastica dura opaca) puliti e asciutti (la sterilità è necessaria solo per prematuri e nati di basso peso), da 60–90 ml che vanno riempiti per i 2/3, con chiusura ermetica, forniti di etichetta con nome, giorno e ora della spremitura.

Può essere utile conservare il latte anche in qualche contenitore più piccolo, 30–60 ml, per le situazioni impreviste.

## SCONGELAMENTO

Di notte nel frigorifero, in tazza contenente acqua calda senza coperchio, o sotto il getto dell'acqua corrente tiepida. Fare in modo che l'acqua non tocchi l'apertura del recipiente.

## RISCALDAMENTO

In tazza con acqua calda. Non bollire, non utilizzare forno a microonde o il piano di cottura diretto. Agitare delicatamente il contenitore per distribuire il calore uniformemente.

**NB: Non riutilizzare mai il latte scongelato e non consumato.**

## DA UTILIZZARE IN ORDINE TEMPORALE

1. Il colostro in ordine di spremitura;
2. il latte tirato recentemente (4 ore) e non refrigerato;
3. latte refrigerato;
4. latte congelato in ordine di spremitura.

## NORME IGIENICHE

Prima di ogni raccolta lavarsi le mani accuratamente. Detergere con acqua il seno, areola e capezzolo soprattutto.

Lavare accuratamente con acqua calda e sapone l'eventuale tiralatte utilizzato, tutti i suoi componenti e altro materiale usato.

Il latte congelato può avere caratteristiche particolari da ritenersi normali e sicure per l'alimentazione del neonato:

1. Separazione della componente grassa nella parte superiore del contenitore dal resto del liquido (scuotere delicatamente il recipiente a scongelamento completato).
2. Leggero odore di sapone.
3. Lieve odore rancido.

## ALCUNI CONSIGLI PER TE, MAMMA

Scegli un luogo tranquillo, bevi qualcosa di caldo o che comunque ti piace, se hai fame fai uno spuntino.

Siediti comoda appoggiando i piedi su di uno sgabello, inclina leggermente il busto in avanti e metti un cuscino dietro la schiena.

Se usi il tiralatte non guardarlo per osservare la quantità che ottieni, non è sempre la stessa. Pensa al bambino, immagina di averlo tra le braccia e di allattarlo.

Il tiralatte non deve fare male. In questo caso procedi con la spremitura manuale.

Spremere il latte con la stessa frequenza con la quale il bambino si attaccherebbe al seno (in media tra le 7 e le 10 volte al giorno per 15-20 minuti circa).









## NUMERI DI TELEFONO UTILI

Direttore	010 563 4550
Coordinatrice infermieristica	010 563 4968
Nido	010 563 4552
Patologia neonatale	010 563 4968
Patologia neonatale infermiere	010 563 4568
Ambulatorio/Day Hospital	010 563 4563
Ambulatorio Ecografia	010 563 4564



Realizzazione grafica  
S.C. Qualità e comunicazione

[www.galliera.it](http://www.galliera.it)