

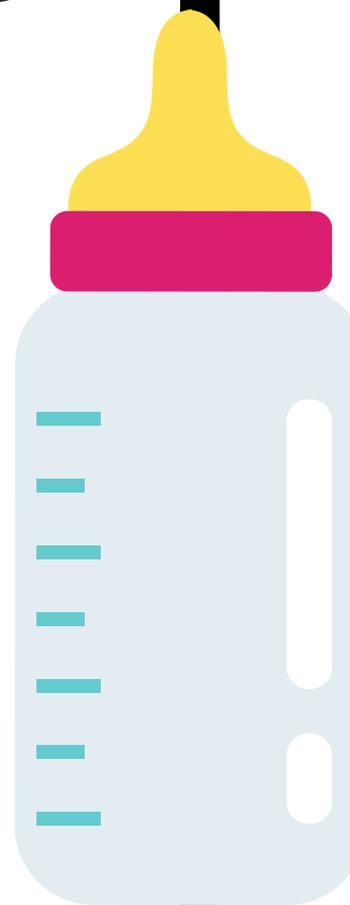


ALIMENTAÇÃO

CONSERVAÇÃO DO LEITE MATERNO

Para uma conservação adequada do leite materno, é fundamental respeitar as regras de higiene, para evitar contaminar os materiais e a doença no recém-nascido

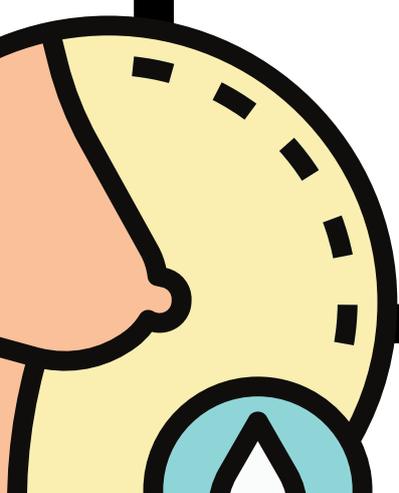
O leite retirado no 1º mês de vida não deve ser conservado, pois não é leite maduro



As dicas da pediatra...

ALEXANDRA LUZ

Pediatra





A SABER...

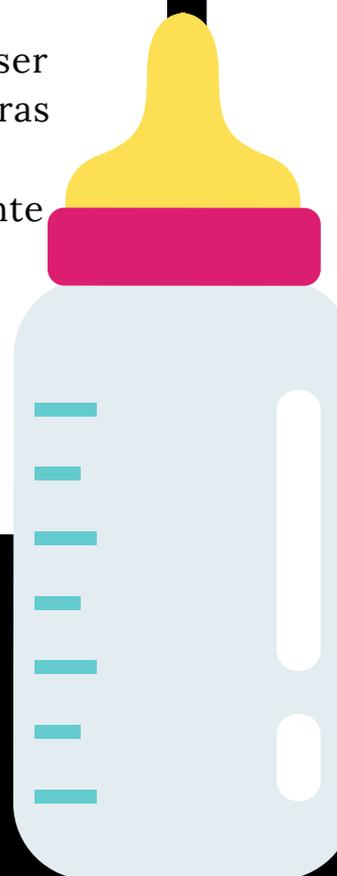
NO FRIGORÍFICO (4°C) O LEITE PODE SER CONSERVADO IDEALMENTE ATÉ 48H, PODENDO DEPOIS SER CONGELADO

NO CONGELADOR (-18°C OU MENOS) PODE SER CONSERVADO ATÉ 6 MESES

À TEMPERATURA AMBIENTE CONSUMIR EM 4 HORAS

- Devem ser usados recipientes de plástico ou vidro apropriados, preenchidos até um máximo de 3/4 do volume
- Não usar a porta do frigorífico para armazenar o leite, pois existe maior variação de temperatura
- A descongelação deve ocorrer em frigorífico, devendo ser administrado no prazo de 24h (no frigorífico) ou 1-2 horas quando à temperatura ambiente
- Para descongelar mais rapidamente colocar em recipiente com água morna ou em água morna corrente
- Não usar "banho maria" ou microondas para a descongelação
- Se o bebé não beber a totalidade do leite descongelado, pode ainda ser dado até 2 horas depois

O LEITE MATERNO É UM BEM PRECIOSO! NÃO O DESPERDICE!



As dicas da pediatra...

ALEXANDRA LUZ
Pediatra