

Leite Materno na escola

Como manter o aleitamento materno após o retorno ao trabalho?

- 1. Continuar o aleitamento materno;
- 2. 15 dias antes do retorno ao trabalho, retirar o leite manualmente (ou com o auxílio de bomba) e congelar para ter estoque;
- 3. Ordenhar o leite sempre que possível, em local tranquilo e limpo;
- 4. Procurar realizar ordenha do leite após o bebê mamar. Se ele mamar em uma só mama, retire o leite da outra.
- 5. Amamentar o bebê antes de deixá-lo no berçário e após retirá-lo (inclusive no período noturno);
- 6. Oferecer o peito à vontade sempre que estiverem juntos.

Importante!

É normal a quantidade de leite ordenhado variar, por isso, é importante não criar expectativa em relação ao volume de leite.

O bebê tem a sucção muito mais eficiente do que qualquer método de retirada do leite.



PREFEITURA DE BARUERI
Coordenadoria Técnica de Abastecimento

Passo a passo para ordenhar o leite do peito

1. Retirar pulseiras, anéis e relógios. Prender os cabelos e lavar as mãos. 
2. Escolher um pote de vidro com tampa plástica e boca larga, sem resquícios de rótulo ou cola. Lavar com água e sabão e enxaguar bem.

Colocar o vidro e a tampa em uma panela e cobrir com água. Deixar ferver por 15 minutos. Conte o tempo a partir do início da fervura.

Posicionar o pote de vidro esterilizado próximo ao seio e massagear a mama com movimentos circulares. Chacoalhar o seio um pouquinho para auxiliar na saída do leite.



Posicionar o polegar onde acaba a parte mais escura da aréola. O dedo indicador e o médio devem ficar logo abaixo do mamilo, exatamente opostos ao polegar.



Pressionar os lados do seio para que o leite seja retirado de todas as regiões.

6

O frasco com o leite retirado deve ser guardado no congelador ou freezer (até 15 dias).



O leite também pode ser retirado por bomba manual ou elétrica. A mãe deve usar o método que melhor se adapta à ela.

Oferta do Leite Materno na Escola



Sempre transportar o leite em embalagem térmica.

Entregar o leite congelado à merendeira do lactário em frasco identificado com o nome do bebê, data da retirada e data de validade.

O leite materno entregue na escola será aquecido em banho Maria (com o fogo desligado).

Os bebês das mães que levarem o leite ordenhado para a escola receberão leite materno nos horários em que houver fórmula infantil no cardápio.

Caso o volume do leite entregue não seja suficiente para todos os horários de mamadas, ele será substituído por fórmula infantil.

Em caso de sobra de leite congelado, este será devolvido ao responsável. O lactário não armazena leite para mais de um dia.



O leite materno é único e inigualável, é o alimento ideal para a criança, pois é totalmente adaptado às suas necessidades nos primeiros anos de vida. Produzido naturalmente pelo corpo da mulher, o leite materno é o único que contém anticorpos e outras substâncias que protegem a criança de infecções comuns enquanto ela estiver sendo amamentada, como diarreias, infecções respiratórias, infecções de ouvido e outras. Os dois primeiros anos de vida são os mais decisivos para o crescimento e desenvolvimento da criança, com repercussões ao longo de toda vida do indivíduo. A amamentação nesse período pode prevenir o aparecimento de várias doenças na vida adulta.

As Escolas municipais e a Equipe Técnica de Nutrição de Barueri apoiam o aleitamento materno durante a estadia do bebê na escola!

Locais de Apoio à Amamentação

- Maternidade Municipal
- Banco de Leite do Hospital Municipal de Barueri "Francisco Moran": 11 2575 3269
- Unidades Básicas de Saúde:
 - Jardim dos Camargos/Silveira – UBS Adauto Ribeiro - Telefone: 4194-6118 / 4194-0763
 - Califórnia/Vila Ceres – UBS Pastor José Roberto Rossi – Telefone: 4199-3188 / 4198-7198
 - Jardim Esperança – UBS Pedro Izzo – Telefone: 4161-9111
 - Jardim Audir/Silveira – UBS Vince Nemeth – Telefone: 4199-3164 / 4201-4818
 - Jardim Paulista/Votupoca – UBS Hélio Berzaghi – Telefone: 4199-3149



abastecimento.nutricao@barueri.sp.gov.br

(11) 4199-1800