

Donación de leche humana Instructivo

- 📍 **Banco de Leche HMIRS**
Esteban de Luca 2151 - CABA
- ☎ 4943-4036/5028/5580 - Int 7154
(L a V 8 a 18 h)
- ✉ blhsarda@buenosaires.gob.ar
- 📷 @bancodelechessarda

Requisitos para donar leche

- Ser saludable y estar amamantando o extrayéndose leche para su propio hijo.
- Poseer exámenes de sangre negativos para HIV, Hepatitis B, VDRL, Chagas y Toxoplasmosis.
- Son válidos los últimos exámenes del control prenatal (si tienen antigüedad menor a 6 meses).
- Estar dispuesta a actualizar sus exámenes serológicos cuando el BLH "Ramón Sardá" los requiera.
- Que su bebé sea menor de 1 año
- No utilizar medicamentos contraindicados para la lactancia.
- No tomar bebidas alcohólicas, tampoco fumar.
- No consumir drogas.
- No haberse realizado un tatuaje en los últimos 6 meses.
- No haber recibido una transfusión de sangre en los últimos 6 meses.

Se entregan los envases estériles para la extracción.

Si tiene leche extraída previamente a ponerse en contacto con el BLH, será evaluada la aptitud del envase utilizado, el método y tiempo de conservación (no debe tener más de 1 mes de conservación en freezer o 15 días en congelador al momento de la donación y no deben ser bolsitas).

Cuando el domicilio está dentro de la Ciudad, la recolección de la Leche y la entrega de los envases se realiza con un móvil del Banco de Leche.

Fuera de CABA, no realizamos recolección domiciliaria. En caso de que la persona donante lo desee puede traer lo recolectado al banco con instrucción previa para el mantenimiento de la cadena de frío de la leche.

La donación de leche humana, solo debe realizarse en Bancos de Leche Humana calificados.

Extracción y conservación de la leche humana (LH) Recipientes:

Los recipientes adecuados para el almacenamiento de leche para donar son:

- 1 • Contenedores entregados por el Banco de Leche listos para usar.
(de polipropileno, apto alimentos y estériles)
- 2 • Envases de vidrio con tapa de plástico, que hayan contenido alimentos como café o yogur. En este caso para su esterilización proceder de la siguiente manera: lavarlos con detergente, enjuagar con abundante agua hervirlos por 10 minutos, luego dejarlos secar sobre un paño limpio, taparlos y guardar secos, en recipiente limpio hasta su uso.

Para donación de leche **NO UTILIZAR BOLSITAS CONSERVADORAS DE LECHE**, estas son prácticas para almacenar leche en casa, para el propio bebé, no así para procesar en nuestro Banco de Leche.

Rotulado

Rotular cada frasco estéril con:

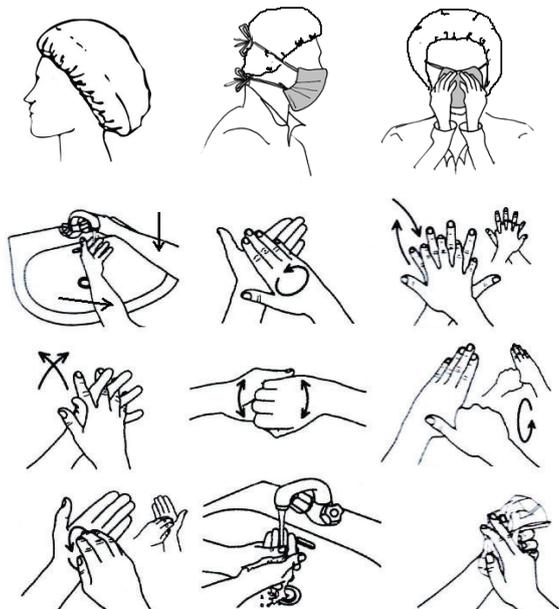
- Apellido y nombre de la donante
- Fecha de extracción de LH
- Utilizar etiquetas autoadhesivas y birome.

POR FAVOR NO OLVIDAR, estos datos son imprescindibles.

Cuidados higiénicos para la extracción

1 • El lugar donde te extraés la leche y donde apoyas los materiales deben estar limpios (podes realizar la limpieza con un paño con alcohol 70%, 7 partes de alcohol 96% mas 3 partes de agua potable).

2 • **Antes de cada extracción, es importante te coloques una cofia (o recojas el pelo), un tapaboca y luego te laves cuidadosamente las manos con agua y jabón**, conta hasta 20, enjabonando los dedos, entre los dedos, desde la punta de los dedos hasta el codo y debajo de las uñas, secar con toalla limpia, destinada solamente para este fin o servilleta descartables. Es muy importante mantener las uñas cortas.



3 • Los pechos se limpian con paño humedecido con agua segura. Para evitar que los pezones se sequen no use para su limpieza ni alcohol ni jabón, este último únicamente en el baño diario.



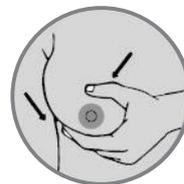
4 • La extracción, **puede ser en forma manual** o con **bombas extractoras de leche**. (ver método de extracción manual e higiene de sacaleches según corresponda) El mejor método es el que te resulte más cómodo.

5 • Tener en cuenta:

- Desechar las primeras gotas de leche, fuera del frasco
- No llenar los frascos más de $\frac{3}{4}$ partes
- Se recomienda utilizar 1 frasco para cada extracción
- Colocar inmediatamente en el freezer o congelador en forma vertical. Una vez freezado se puede recostar.

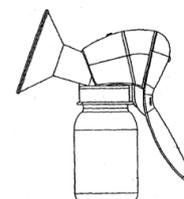
Método de extracción manual

- 1 Masajear las mamas con la punta de los dedos, haciendo movimientos circulares en sentido de la areola (la parte oscura de la mama).
- 2 Colocar el pulgar encima de donde termina la areola.
- 3 Colocar los dedos índice y medio debajo de la areola.
- 4 Presionar y empujar hacia las costillas.
- 5 Apretar el pulgar contra los otros dedos hasta que salga leche. (Con cuidado, no debe doler)
- 6 **Desechar las primeras gotas de leche, fuera del frasco.** Esta pequeña acción protege la leche de las posibles bacterias que puedan estar alojadas en la entrada de los conductos del pezón.
- 7 Abrir el frasco, ya rotulado y colocar la tapa hacia arriba, sobre un paño limpio.
- 8 Colocar el frasco debajo de la areola.
- 9 **No llenar los frascos más de $\frac{3}{4}$ partes.**
- 10 Al terminar la extracción, cerrar bien el frasco.
- 11 El cierre defectuoso, permite el intercambio con el exterior y favorece la contaminación, además, los olores de otros alimentos almacenados en la heladera pueden pasar a la leche almacenada.
- 12 Guardar el frasco directamente en el interior del congelador o freezer, aislado del resto de los alimentos
- 13 **Se recomienda utilizar 1 frasco para cada extracción.**



Extracción con bomba

- Mantener la bomba extractora de leche, en muy buenas condiciones de higiene, siguiendo los pasos que aconseja el fabricante.



Luego de cada uso:

- Desarmar por completo el sacaleche.
- **Enjuagar con agua fría.**
- **Lavar con detergente y agua tibia** (con cepillo o esponja exclusivo para este fin).
- Enjuagar con abundante agua.
- **Hervir por 10 minutos** los recipientes y los accesorios.
- Dejar secar sobre paño limpio o toalla descartable.
- Guardar seco, en recipiente limpio hasta nuevo uso.
- Recuerde, **la bomba extractora de leche, ES DE USO PERSONAL.** Los procedimientos de higiene y esterilización son aconsejables realizarlos después de cada extracción para la donación.

