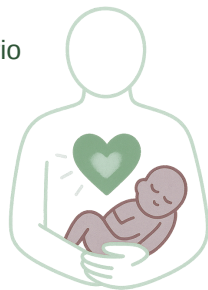


Vantagens do aleitamento para pessoas que amamentam:

- Reduz o sangramento após o parto;
- Diminui o risco de desenvolver diabetes, câncer de mama, de ovário e de útero;
- Ajuda a reduzir o peso;
- É prático: está sempre pronto, a qualquer hora e lugar, não precisa ferver, misturar, coar, dissolver ou esfriar;
- Evita gastos com a compra de leite artificial e mamadeiras.



Vantagens do aleitamento para o bebê:

- É o alimento ideal, mais completo e com todos os nutrientes necessários aos primeiros 6 (seis) meses de vida;
- É fácil de ser digerido e não sobrecarrega o intestino e os rins do bebê;
- Protege o bebê contra doenças como diarreias, alergias e infecções;
- É limpo e não contém micróbios, pois vai direto do peito para a boca do bebê;
- Está sempre pronto e na temperatura certa;
- Aleitar transmite amor e carinho, fortalecendo os laços entre a pessoa que amamenta e o bebê.



Aleitamento Humano: mais saúde para você e para o bebê!

Em caso dúvida, dificuldades ou excesso de leite no período de aleitamento, procure o **Banco de Leite Humano, a Unidade Básica de Saúde ou a Pastoral da Criança** mais próximo(a).

Nestes locais você encontrará uma equipe de saúde treinada para dar as orientações necessárias. **O atendimento é gratuito!**



Banco de Leite Humano (BLH)



Funcionamento:

Segunda à Sexta-feira
7h às 18h



Contatos:

Telefone: (71) 3283-9264

E-mail: blh.mco@ufba.br

Maternidade Climério de Oliveira Universidade Federal da Bahia Rede Ebserh

Banco de Leite Humano (BLH)

Rua do Limoeiro, 137, Nazaré
Salvador-BA

<https://mco-ufba.ebserh.gov.br>



**Maternidade Climério de Oliveira
Universidade Federal da Bahia
Rede Ebserh**

BANCO DE LEITE HUMANO

Leite humano é vida que você carrega no peito!



**Doe seu leite,
ele pode salvar vidas.**



Banco de Leite Humano (BLH)

É um serviço hospitalar que tem como objetivo a **promoção, proteção e apoio ao aleitamento humano.**

Fundado em junho de 2001, o Banco de Leite Humano da Maternidade Climério de Oliveira (MCO-UFBA) foi o primeiro da cidade de Salvador-BA.

O BLH desenvolve ações de orientação, identifica pessoas doadoras, realiza coleta, exames para controle de qualidade do leite, pasteurização, armazenamento e distribuição de leite humano.

Porque doar o Leite Humano?

O Leite Humano é muito importante para todos os bebês recém-nascidos. Ele alimenta e protege contra diarreia, infecções respiratórias, diabetes e alergias.

Algumas pessoas que gestam não podem aleitar, por isso a doação contribui para a redução da mortalidade infantil e melhora da qualidade de vida dos bebês.

Quem pode doar?

Toda pessoa saudável que produz leite humano em quantidade superior às exigências do bebê e que não use medicamento que impeça a doação.

Quem recebe o leite doado?

Bebês prematuros, recém-nascidos (RNs) de baixo peso que ainda não sugam e/ou RNs doentes que estejam internados no hospital.

Onde armazenar o leite?

Em frascos de vidro com tampa de plástico. O BLH fornece os kits já esterilizados.



Para esterilizar os frascos: coloque os vidros e as tampas (sem o papel branco) em uma panela, cubra todo o vidro com água e deixe ferver por 15 minutos (a partir do início da fervura). Coloque os frascos e tampas em cima de um pano limpo até secar. Feche os frascos sem tocar nas partes internas dos vidros e das tampas.

Instruções para doação

Antes de ordenhar (retirar o leite), tome alguns cuidados:

- Prenda os cabelos e cubra o nariz e a boca com um lenço, uma máscara ou uma fralda de tecido;
- Lave as mãos e braços com água e sabão;
- Lave o seio apenas com água;
- Seque as mãos e mamas com toalha limpa;
- Reserve um local limpo, tranquilo e confortável para retirar o leite;
- Evite conversar durante a retirada do leite;
- Retire o leite após as mamadas ou quando as mamas estiverem muito cheias;
- Para armazenar o leite, utilize um frasco de vidro com tampa de plástico esterilizado.

Como retirar e guardar o leite?

1. Massageie as mamas com as pontas dos dedos, fazendo movimentos circulares no sentido da parte escura (aréola) para o corpo;
2. Coloque o polegar acima da linha onde acaba a aréola;
3. Coloque os dedos indicador e médio abaixo da aréola;
4. Firme os dedos e empurre para trás na direção do corpo;
5. Aperte o polegar contra os outros dedos até sair o leite;
6. Despreze os primeiros jatos ou gotas;
7. Abra o frasco e coloque a tampa sobre a mesa forrada com um pano limpo, com abertura para cima;
8. Colha o leite no frasco, colocando-o debaixo da aréola;
9. Após terminar a coleta, feche bem o frasco;
10. Anotar na tampa a data em que iniciou a coleta e guardar o vidro no congelador ou no freezer por, no máximo, 15 dias.

Se o frasco não ficou totalmente cheio, você pode completá-lo em outro momento.

Para completar o volume de leite do frasco que já está no congelador

- Utilize um **copo de vidro previamente esterilizado** (fervido por 15 minutos) e **seco** (escorrido em um pano limpo);
- Coloque o leite recém coletado sobre aquele que já está armazenado no freezer ou no congelador. **Guarde imediatamente;**
- Esse procedimento deve ser repetido até **faltar dois dedos para encher o frasco;**
- **Antes de completar 15 dias** do início da coleta, entre em contato com o **Banco de Leite Humano.**



Como conservar o leite ordenhado?



Na geladeira:

- **Leite cru:** até 12 horas
- **Leite pasteurizado descongelado:** até 24 horas.

No freezer ou congelador:

- **Leite cru:** até 15 dias
- **Leite pasteurizado:** até 6 meses

Lembre-se!

- **A produção do leite depende do esvaziamento da mama.** Quanto mais a pessoa esvazia as mamas, mais leite ela será capaz de produzir;
- **Todo leite** doado será analisado, pasteurizado e submetido a rigoroso controle de qualidade antes da sua distribuição;
- O leite descongelado **não deve** ser congelado novamente;
- Se você quiser entregar o leite ordenhado diretamente ao Banco de Leite, ele deverá estar **congelado** e o frasco deverá ser envolvido em **saco plástico** e colocado em uma **caixa de isopor com gelo;**
- **Não utilize** “chucas”, mamadeiras ou chupetas, porque elas interferem na sucção do bebê e na amamentação.