



Anexo 1.15. Proceso de Lactancia exitosa

- Condiciones para garantizar el proceso exitoso de lactancia materna en la alternativa de cuidado y desarrollo en el marco de la REDCUDI de Costa Rica como estrategia de promoción de la lactancia materna.
- Garantizar la lactancia materna exclusiva de los niños y las niñas menores de 6 meses de edad y la lactancia materna continuada desde los 6 meses hasta los 2 años es una obligación de todas las personas involucradas en el cuidado y desarrollo de las niñas y los niños, al tiempo que es una respuesta de cumplimiento a la normativa nacional vigente en temas de vigilancia del crecimiento desarrollo del niño y la niña, cumplimiento de derechos y lactancia materna. En este marco se debe considerar lo siguiente:
- El uso exclusivo de una refrigeradora para el almacenamiento de leche materna depende del número de niños menores de 6 meses con lactancia materna exclusiva y el número de niños de 6 meses a 1 año con lactancia materna continuada, así como, del tiempo de permanencia de esta población en la alternativa de cuidado y desarrollo. Así, se debe un refrigerador exclusivo para el almacenamiento de la leche materna si:
 - La alternativa tiene más de 5 niños menores de 6 meses con lactancia materna exclusiva que permanecen en la alternativa más de dos horas. La alternativa tiene más 5 niños de 6 a 12 meses con lactancia continuada que permanecen en la alternativa más de 7 horas. Es importante tener claro que a estas edades dado que ya inició la alimentación complementaria, las tomas de leche en general se administran después de los horarios de alimentación básicos. En el caso de los niños de 6 y 7 meses ello significa entre 2 y tres tomas en 7 horas siempre después de que el niño consuma sus alimentos. En el caso de los niños entre los 8 y 12 meses, sus tiempos de comida aumentan, lo cual de manera natural hace disminuir el número de tomas de leche materna. En este caso significa entre 1 y 2 tomas en 7 horas.
 - En caso de un número inferior de niños y niñas en las edades y condiciones citadas, se puede almacenar la leche materna en un refrigerador que se utilice para guardar otros alimentos. En este caso, se requiere un espacio





exclusivo en la rejilla superior bajo el congelador, para la colocación exclusiva de los frascos con leche materna que aportan las madres. Los frascos deben estar colocados al fondo, en bolsas plásticas para evitar que absorban el olor de otros alimentos guardados en la refrigeradora. Y deben almacenarse lejos de carne, pescado y otros.

- Es importante resaltar, además, que para mantener la temperatura interna del refrigerador y evitar exponer la leche materna a cambios constantes de temperatura, debe abrirse lo menos posible la puerta de la refrigeradora durante el día.
- Es importante tener claro, que la madre se extrae la leche en el domicilio con técnica manual o con extractor manual según técnica que le fue explicada en los servicios de salud, si la madre tiene dudas de cómo hacer esto, se le debe recomendar que asista a una Clínica de Lactancia Materna y Desarrollo en su hospital de pertenencia. Una vez que la madre se extrae la leche materna la debe almacenar en la refrigeradora, si va a estar guardada más de tres días debe meterla en el congelador, si la va a guardar un día o dos puede dejarla sin congelar.
- Es importante resaltar, que la madre debe transportar del domicilio a la alternativa la leche materna en frascos de vidrio con capacidad de 4 a 5 onzas que equivale a una toma aproximadamente. Los frascos deben estar debidamente rotulados con el nombre del niño y sus apellidos para evitar confusiones al momento de administrar la leche al niño o niña, cada infante solo puede tomar la leche proveniente de su madre. Dichos frascos deben viajar en bolsas térmicas o en hieleras. La leche debe estar líquida, no congelada.
- Los frascos con leche materna deben pasar de la hielera de la madre inmediatamente a la refrigeradora donde serán almacenados, en ningún caso pueden ser colocados en las puertas de la refrigeradora o en el congelador.
- La leche sobrante de cada toma y de cada día debe ser desechada (botada) y los frascos deben ser retornados a la madre para su lavado y reutilización. La madre debe asegurarse de que los frascos que utiliza y sus tapas están bien lavados con agua y jabón, puede utilizar frascos de cualquier alimento considerando la





capacidad citada (frascos pequeños que tengan la capacidad de contener de 4 a 5 onzas aproximadamente). Las tapas de los frascos deben quedar bien cerradas, para evitar derrames durante el transporte desde el domicilio y durante el proceso de vaciado al beberito cuando se va a administrar la leche materna al niño o niña. De ser posible, se recomienda utilizar frascos de vidrio con tapas plásticas de rosca.

- Cuando se va a administrar o dar la leche materna al niño o niña, la persona responsable se debe lavar muy bien las manos antes de sacar la leche de la refrigeradora y la debe colocar en un beberito que aporta la madre debidamente limpio y rotulado con el nombre y apellidos del niño o niña. No debe calentarla ni mezclarla con ninguna otra sustancia. Este trasvasado debe hacerse en un lugar limpio, libre de olores fuertes porque la leche materna tiene gran capacidad de absorber sustancias volátiles. El beberito debe lavarse con agua y jabón después de cada uso, para prepararlo para la siguiente toma del día. El tamaño del beberito debe ser adecuado a la cantidad de leche que el niño consume en cada toma (4 o 5 onzas aproximadamente). Al igual que los frascos el beberito se devuelve a la madre cada día para que sea pasado por agua hirviendo considerando lo siguiente:
- Se pone a hervir el agua, cuando está hirviendo se retira la olla del calor, se sumerge el beberito y se deja reposar en el agua por 10 minutos, manteniendo la olla tapada. Luego se vota el agua de la olla con la ayuda de la tapa para no dejar salir al beberito, y se deja enfriar dentro de la olla tapada. Cuando está frío se guarda en una bolsa plástica cerrada con un nudo y se guarda en la refrigeradora para transportarlo a la alternativa al día siguiente.

Nota: Anexo I, Estándares Esenciales de la calidad de los servicios de cuidado y desarrollo infantil, REDCUDI, 2019.

