



1. Lavare accuratamente le mani con acqua e sapone prima di preparare il latte in polvere;

2. Dopo ogni poppata lavare con acqua e sapone i contenitori utilizzati per preparare e offrire il latte al neonato (tazza, biberon compreso ghiera e tettarella; nel caso si usi il biberon pulire l'interno sia del biberon che della tettarella con uno scovolino per eliminare ogni residuo di latte);



3. Prima di ogni poppata sterilizzare i contenitori da utilizzare (tazza, biberon compreso ghiera e tettarella);

4. Pulire la superficie di lavoro con acqua e sapone (i germi sopravvivono sulle superfici su cui si prepara il cibo per il lattante);

5. Far bollire sempre l'acqua da utilizzare per la ricostituzione del latte in polvere, sia che si tratti di acqua di rubinetto che di acqua in bottiglia (l'acqua non è sterile, neanche quella in bottiglia, anche se alcune etichette di latte in polvere suggeriscono erroneamente che non sia necessario bollire l'acqua in bottiglia). Non utilizzare l'acqua di rubinetto calda che, passando nella caldaia, si contamina con residui di metalli come il piombo;



6. Lasciate raffreddare l'acqua per non più di 30 minuti così che sia ad una temperatura di almeno 70° C - se disponibile controllate con un termometro da alimenti - e utilizzatela per la ricostituzione del latte in polvere secondo le indicazioni della ditta produttrice. È infatti questa la temperatura necessaria per ridurre drasticamente la carica di germi presenti nel latte in polvere. Una temperatura inferiore risulterebbe inefficace, una superiore potrebbe inficiare le caratteristiche nutrizionali della polvere;

7. Utilizzare il latte così preparato entro due ore (dopo tale intervallo la replicazione di eventuali germi residui potrebbe raggiungere un livello pericoloso);



8. Buttare ogni eventuale residuo di latte non consumato.



Carlo Poma

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Mantova

ALLATTAMENTO MISTO

Se fosse necessario somministrare delle aggiunte di latte, è importante per la mamma spremere il proprio latte per fornire le integrazioni che occorrono. Se ciò non fosse possibile e si dovesse ricorrere all'utilizzo di formula artificiale (solo su prescrizione del neonatologo), si ricorda che le integrazioni vanno intese come aggiunte e non come sostituzione delle poppate. È possibile somministrare le integrazioni con un cucchiaino, una siringa senza ago o una tazina per non interferire con la normale suzione del bambino.

Qualora l'utilizzo del biberon fosse irrinunciabile, è importante che venga somministrato tenendo il bambino seduto con la schiena dritta in braccio alla mamma e il biberon orizzontale rispetto al pavimento per evitare un flusso di latte eccessivo nella gola del bambino e senza forzarlo ad assumere più della quantità necessaria.



Sterilizzazione

Nei primi mesi di vita il biberon e la tettarella devono essere lavati e sterilizzati dopo ogni poppata. La sterilizzazione può essere ottenuta con bollitura prolungata (20 minuti) oppure immergendoli in vaschette con soluzioni chimiche antisettiche (per almeno 90 minuti e successivo risciacquo con acqua corrente prima dell'utilizzo) da rinnovare ogni giorno.

Il succhiotto e le tettarelle artificiali potrebbero interferire con l'allattamento in quanto confondono la suzione del bambino e ritardano le poppate. È opportuno, per un buon inizio e prosecuzione dell'allattamento, che anche per la suzione consolatoria venga offerto il seno. Se non fosse possibile non utilizzare il succhiotto, è tut-

tavia sconsigliato introdurlo prima del primo mese e mezzo di vita e prolungarne l'uso oltre l'anno, anche per possibili problematiche relative alla dentizione.

Diluizione del latte in polvere

Per quanto l'allattamento naturale venga considerato, sia sotto il profilo nutritivo che dal punto di vista igienico-sanitario il metodo più sicuro per la nutrizione del neonato, esistono situazioni particolari per le quali non è possibile l'allattamento al seno. In questi casi è necessario ricorrere a una forma di nutrizione alternativa, tramite formule per lattanti (liquide o in polvere) prodotte industrialmente. La loro composizione deve attenersi a dei rigorosi standard.

Le **formule liquide** hanno il pregio di avere maggiore facilità d'uso e maggiori garanzie igieniche in quanto sterili, al contrario di quelle in polvere che potrebbero contenere una flora microbica residua, per le quali è necessaria un'adeguata conoscenza della corretta modalità di preparazione e dei rischi sanitari derivanti da un'impropria manipolazione e da una scorretta conservazione, sia in ambito domestico che in ambito ospedaliero.

Le contaminazioni che possono interessare il latte in polvere possono avvenire in due diverse fasi:

- 1) nel corso del processo produttivo e nello stoccaggio del prodotto finito;
- 2) durante la manipolazione e la conservazione dell'alimento, per scarsa igiene di chi prepara il latte o dei materiali utilizzati per la sua preparazione.

In accordo con le linee guida del Ministero della Salute e Organizzazione Mondiale della Sanità per la preparazione del latte formulato in polvere, **è importante osservare scrupolosamente le seguenti norme igieniche**, volte alla neutralizzazione della carica batterica derivante da un'eventuale contaminazione microbica accidentale, con una procedura che preveda una temperatura pari a circa 70°C dell'acqua di diluizione.