

2. L'entreposage et la décongélation du lait maternel

MODULE 4

Voici quelques conseils pour le choix des contenants qui serviront à entreposer le lait maternel.

LES CONTENANTS POUR ENTREPOSER LE LAIT MATERNEL	
	<ul style="list-style-type: none">• Utilisez des contenants en verre ou en plastique dur ayant un couvercle serré.• Inscrivez la date de l'extraction sur le contenant.
	<ul style="list-style-type: none">• Des sacs à congélation conçus spécialement pour le lait maternel peuvent également être utilisés.• Inscrivez la date de l'extraction sur le sac.• N'utilisez pas les sacs à biberon (sacs jetables). Ces sacs sont fait d'un plastique mince et son conçus pour nourrir au biberon. Ils peuvent se briser lorsque vous les manipulez.
	<ul style="list-style-type: none">• Pour les bébés en santé, rincez le contenant et la tétine à l'eau froide, puis laver à l'eau chaude savonneuse et bien rincer avec de l'eau chaude. Laissez le contenant et la tétine sécher à l'air OU utiliser le cycle hygiénique du lave-vaisselle.



Voici quelques conseils pour l'entreposage du lait maternel.

Le lait maternel peut être entreposé aux différents endroits suivants.



Voici quelques conseils pour décongeler le lait maternel de façon sécuritaire et efficace.

LA DÉCONGÉLATION DU LAIT MATERNEL



Vérifiez la date sur le contenant. Utilisez celui dont la date est la plus ancienne.



Décongelez le lait maternel en le laissant dans le réfrigérateur pendant quatre heures.



Vous pouvez aussi placer le contenant sous l'eau froide courante. Quand le lait commence à décongeler, utilisez l'eau chaude courante pour finir de décongeler.



Ne jamais décongeler le lait à la température de la pièce.



Réchauffer le lait maternel en le plaçant le contenant dans un bol d'eau très chaude.



NE RÉCHAUFFER PAS LE LAIT SUR LA CUISINIÈRE NI AU FOUR MICRO-ONDES.