



Dida 2.0: l'experiència de ser donant de llet

El 23 de gener vaig tornar a ser mare i, des de llavors, soc donant de llet. Llet? Si produeixes llet en pots donar, igual com es dona sang o el cordó umbilical, per tal de ser aprofitada per qui la pugui necessitar.



Marta Dachs Delgado

Infermera
EAP Vic - CAP El Remei
@EAPVIC

Què és el Banc de Llet?

El Banc de Llet, que pertany al Banc de Sang i Teixits (BST), és un centre especialitzat actiu des de 2011 que recull, analitza, processa, fa controls de qualitat i subministra a les unitats de neonatologia dels hospitals la llet de les persones donants. També s'encarrega del procés de selecció de donants i de la seva formació, per tal que la donació sigui segura per a les criatures receptores.

L'objectiu del Banc de Llet és assegurar l'alimentació amb la nostra llet als nounats de baix pes en néixer (de menys de 1.500 grams) i de prematurs extrems (que neixen abans de la 32a setmana de gestació) sota prescripció mèdica i que per causes majors no poden ser alletats.

**Pot ser donant
qualsevol persona
amb la lactància
correctament
instaurada i
que faci menys
d'un any que
ha parit**



Com vaig començar

Personalment vaig conèixer per primera vegada els detalls del funcionament de la donació de llet a Catalunya a través de la Sara Esteve, infermera del CAP d'Hostalets de Balenyà, referent de la comarca d'Osona pel Banc de Llet. Aquest gener, després del meu part, vaig decidir fer el pas i fer-me donant.

Per poder ser donant es fa una visita de selecció en alguns dels centres de referència del Banc de Llet. N'hi ha uns 20 de repartits al llarg del país. Jo, per proximitat, vaig anar al CAP d'Hostalets de Balenyà.

En aquesta visita es fa una entrevista a la persona donant, on et pregunten sobre salut, consum de tabac, alcohol, medicaments, ús d'herbes medicinals o cafè, etc. També es fa una extracció de sang per assegurar el teu bon estat de salut. Els resultats de l'anàlisi determinen si pots ser donant.

Es proporciona un kit d'inici, que consisteix en un tirallet



amb bomba manual (per extreure la llet), pots estèrils (per guardar-la), etiquetes adhesives i una sèrie de fulls informatius sobre la tècnica d'extracció, així com també consells de salut.

El dia a dia

Durant els primers mesos m'anava molt bé treure llet d'un pit mentre donava a mamar de l'altre. Amb el temps s'ha fet més complicat i he hagut d'anar canviant de tècnica, ja que ara el tirallet és susceptible de rebre un cop de peu volador inesperat i acabar rodolant per terra.

Quan vull fer l'extracció tinc present quin és l'últim pit amb el que he donat a mamar, per anar oferint el mateix i així carregar el que queda lliure i poder fer una extracció una mica més gran.

En el moment de l'extracció cal anar amb cura, i ara amb

la COVID-19 més encara: el primer que faig és una dutxa abans de començar; després em poso la mascareta i em rento bé les mans; agafo el tirallet i el pot estèril i ho munto; faig l'extracció (tardo uns 15 minuts de mitjana), tapo el pot i passo una gasa amb alcohol per netejar-lo. Acabo deixant el pot preparat enganxant l'etiqueta amb el nom, la data i la quantitat de llet. I per acabar simplement cal



col·locar-lo al congelador en un compartiment on no hi hagi menjar. Vaig guardant els pots en una bossa que et proporciona el mateix Banc

de Llet. Pel que fa al tirallet, un cop acabada l'extracció el netejo amb aigua calenta i sabó i l'esterilitzo amb aigua bullent uns 15 minuts i protegeixo les peces perquè no es contaminin i estiguin a punt per a la propera extracció.

Quan tinc més de 500 ml de llet o un cop al mes (per seguretat només la podem tenir al congelador durant uns 30 dies), faig una trucada al Banc de Llet i un missatger la ve a recollir a casa.

Es pot donar la quantitat

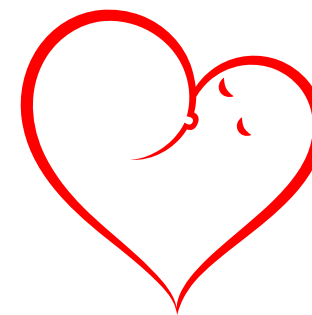
de llet que es vulgui. Com diu el seu lema: "cada gota compta". L'únic que demana el Banc de Llet és que informem si tenim qualsevol canvi de salut i de medicació. I evidentment ho pots deixar en qualsevol moment, sense cap mena de compromís.



Per què ho faig?

Col·laborar amb el Banc de Llet assegura que les criatures prematures tinguin l'oportunitat de rebre tots els beneficis de la llet materna i ajuda a superar l'impàs de la recuperació d'un part prematur.

Rebo molt més del que jo estic donant: saber que amb la meua llet famílies tiren endavant les seves criatures m'omple d'il·lusió.



I m'omple d'il·lusió saber que la meua filla té una nova germana o germà de llet.



Banc de Llet Materna

Banc de Llet del Banc de Sang i Teixits

Edifici Dr. Frederic Duran i Jordà

Passeig Taulat, 106-116
08005-Barcelona

T. 93 557 35 00
bancdellet@bst.cat
www.bancsang.net/donants/banc-llet-materna/

Instagram: @bancdellet

Enllaços d'interès



<https://www.bancsang.net>
Secció -> Donants-> Banc Llet Materna



<https://www.fersalut.cat>
Secció -> En Profunditat -> Prematures