



Mothers' Milk Bank Northeast

LETI DI DOADORAS & BU BEBÊ

Parabéns pa bu família ki sa ta krese!

Sima dja bu sabe, leti di mamá é midjor pa bebê. Leti matérnu (di mama) ten txeu kuza bon pa djuda bebês krese y pa pruteje-s di duéncias.

Enkuantu bu ta aumenta bus rizérva di leti, bu prestador di kuidadus di saúdi ta gostaba di da bu bebê Leti Umanu Pasteurizadu di Doadoras (PDHM) di Mother's Milk Bank Northeast (Banku di Leti Matérnu di Nordésti). Otus mamá ta doa ses leti pa nos banku di leti, pa kes bebê ki meste pode resebe-l, ti ki dizenvolvedu un otu planu di alimentason di longu prazu.



TEN ALGUN PRUBLÉMA SI N DA NHA BEBÊ LETI DI OTU MAI?

Duranti tudu stória di umanidadi, mais dividi ses leti ku bebês di otus mudjer. Má, ramédis y duéncias pode pasa atravês di leti matérnu, purisu bu ta kre ten sertéza ma kel leti ki bu bebê sa ta toma, é siguru.



LETI DI NOS DOADORAS É SIGURU?

Nu ta faze tudu doadora di leti perguntas sobri se saúdi. El ta faze un análizi di sangi. Nu ta pergunta-l ki ramédi ki el ta toma, mésmu kes ki ta kunpradu sên riseita, y ramédis a bázi di érvas. Si un doadora duense, el ka ta mandá-nu leti ti ki el midjora. Nu ta akese (kenta) leti pa mata jérmis, y nu ta testa tudu lóti antis di nu manda-l. Si rizultadu di tésti é mau, nu ta bota kel leti na lixu, purisu kel leti ki bu bebê ta resebe, é siguru.

CAPE VERDEAN CREOLE





Mothers' Milk Bank Northeast

LETI DI DOADORAS & BU BEBÊ



Y EN RILASON A KONSUMU DI BEBIDAS ALKÓLIKU, SIGARU Y DRÓGAS?

Mais ki ta fuma ô ki ta konsumi drógas, ka pode doa ses leti. Si un mai toma un bebida, el ten ki spéra 6 óra antis di el tra leti pa el mandá-nu.



TRATAMÉNTU TÉRMIKU (ATRAVÊS DI KALOR) TA MATA KES BON KUZA NA LETI MATÉRNU?

Trataméntu térmiku ta riduzi alguns di kes bon kuza na leti matérnu. Txeu di kes midjor kuza ta fika dipos di akestiméntu. Kes kuza la ta djuda bu bebê krese y luta kóntra duénsas. Txeu di kes kuza la ka sta na leti en pô. É purisu ki bu prestador di kuidadus di saúdi kre pa bu utiliza leti di nos doadoras.



ALGUN OTU PERGUNTA?

Si bu tene otus pregunta, fala ku bu médiku, partera, ô konsultor di laktason; vizita nos website, www.milkbankne.org; ô txomá-nu pa númeru **617-527-6263**.

MILKBANKNE.ORG/RECEIVE



SABE MÁS:

WWW.MILKBANKNE.ORG



MÓDI KI

BU TA ARMAZENA (GUARDA), DISKONJELA & AKESE LETI DI DOADORAS



ARMAZENA LETI

- Guarda tudu leti di doadoras na konjelador.
- Poi biberon na ladu di trás di konjelador, lonji di póрта di konjelador.
- Utiliza priméru kes biberon ki ta pasa prazu más faxi.
- Leti di doadoras pasteurizadu ki bu da bu bebê, má ki el ka bebe tudu, bu debe po-l na jilera, y el debe toma-l na prazu di **2 óra**.



DISKONJELA LETI

- Leti di doadoras pode ser diskonjeladu nun risipienti ku águ mornu.
- Kel águ debe kubri leti na biberon, má sên toka na tanpu.
- Midjor métudu di diskonjela leti umanu di doadoras, é pa po-l na jilera duranti noti, pa el diskonjela divagar.
- Leti pode ser re-konjeladu, si inda el tene réstus di jélu.
- Leti konplétamenti diskonjeladu, debe ser utilizadu na prazu di **96 óra**.
- Óra ki leti dja sta konplétamenti diskonjeladu, bu debe sukudi biberon suavimenti pa mistura kontiúdu.



AKESE LETI

- **Nunka** ka bu poi leti umanu di doadoras na mikro-óndas.
- Pa da bebê leti un bês, bu ta poi risipienti di leti na águ mornu, ô bu ta po-l baxu di águ mornu. Mante tanpu séku.