

FORMA DE ADMINISTRACIÓN DEL BIBERÓN.

- El bebé ha de estar semi-incorporado.
- La tetina ha de estar siempre llena de leche al administrarla al bebé para evitar que trague aire
- Es aconsejable que el bebé eructe durante la toma y/o, sobretodo, al final.
- Las personas que alimentan al bebé deber ser limitadas: conviene que sea la madre/padre los que den la toma las primeras semanas de vida, además sujete a su hijo cerca de su cuerpo durante la toma, todo ello para reforzar el vínculo madre/padre-hijo.
- No fuerce al bebé a terminar toda la toma si muestra signos de saciedad.
- La cantidad de leche que tome el bebé depende de su peso y los días de vida, siga las recomendaciones de su pediatra.
- El horario durante las primeras semanas de vida es una toma cada 3 horas aproximadamente.

Qué fórmula adaptada darle al bebé.

La leche que ha de tomar el bebé hasta los 6 meses de edad es la llamada “de inicio” o tipo 1. Aparece un número 1 en el envase.

PREPARACIÓN DE LA FÓRMULA ADAPTADA PARA LACTANTES

Información para las familias



La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que los bebés sean alimentados exclusivamente al pecho durante los seis primeros meses de vida. Los bebés que no son amamantados necesitan un sucedáneo apropiado de la leche materna, como son las fórmulas adaptadas para lactantes, preparado correctamente.

Una preparación incorrecta, puede derivar en serios riesgos para la salud del bebé (infección, deshidratación, malnutrición).

La leche en polvo no es un alimento estéril y ocasionalmente puede contener microorganismos en pequeñas cantidades. Además la leche se puede contaminar durante el proceso de preparación.

Por todo ello, es importante seguir una serie de normas de pasos para su preparación antes de la administración al bebé.

PASOS PARA LA CORRECTA PREPARACIÓN DE LA FÓRMULA ADAPTADA


-  **1. Lavarse las manos con agua y jabón, secar con un paño limpio.**

Asegurarse que la superficie donde se va a preparar está limpia.


-  **2. Utilizar un biberón limpio o esterilizado.**

No sería necesaria la esterilización previa de los biberones pero sí han de estar minuciosamente lavados con agua caliente y jabón, eliminando todos los restos de leche con la utilización de un cepillo especial.

También pueden lavarse en el lavavajillas.

-  **3. Calentar agua hasta que empiece a hervir.**

Si se utiliza agua embotellada debe ser apta para bebés. La OMS recomienda hervir el agua durante 1-2 minutos, tanto si es del grifo como si es embotellada, pero sin hervir más tiempo ya que puede aumentar la concentración de minerales.

-  **4. Verter el agua necesaria inmediatamente al biberón.**

Esperar 3 minutos para que la temperatura del agua se sitúe cerca de los 70°C (El agua a esta temperatura está lo bastante caliente para destruir las bacterias que pueda haber en la leche en polvo), y añadir los cacitos de leche en polvo correspondientes.

- 5. Los cacitos han de estar siempre enrasados**



(ya sea con el borde del envase de leche o con un cuchillo). Nunca presione los polvos para que quepan más. La medida del cacito dosificador del envase de leche es la correcta para que la preparación no sea perjudicial para el bebé.

- 6. Agitar el biberón para que se haga una mezcla homogénea.**



- 7. Enfriar**

Enfriar el biberón debajo del grifo para dárselo al bebé a la temperatura corporal (compruebe echando unas gotas en la muñeca la temperatura, no ha de notar que la leche está caliente).



- 7. Desechar la leche sobrante que no se haya tomado el bebé en las dos horas siguientes.**

Lo más higiénico es preparar el alimento de nuevo para cada toma.

PROPORCIÓN AGUA-CACITOS DE LECHE.

Un cacito raso de leche en polvo por cada 30 ml de agua. SÓLO se pueden preparar biberones de: 30 ml con 1 cacito raso de leche, 60 ml, 2 cacitos y así sucesivamente.

Ejemplo, si el bebé toma 40 ml, se ha de preparar 60 ml con dos cacitos de leche enrasada y dar sólo 40 ml de la preparación.