

Fórmula para llevar a la guardería

Cuando usted lleva a su bebé a una guardería para la primera infancia, deberá siempre llevar fórmula. Asegúrese de explicar la rutina normal de alimentación de su bebé al personal o cuidadoras de la primera infancia.

Cada día, proporcione a la guardería mamaderas y chupetes limpios y, en un envase separado, suficiente fórmula en polvo previamente medida para cada mamadera. Etiquete todo con la fecha, el nombre de su bebé y la cantidad de agua con que se mezcla la fórmula.

Algunas guarderías pueden preferir que usted provea también el agua. Si es así, llene cada mamadera con la cantidad correcta de agua previamente hervida y enfriada. Mantenga aparte la cantidad correcta de fórmula en polvo necesaria para cada mamadera, y etiquete con el nombre del bebé y la fecha.

No es seguro preparar la fórmula para lactantes en la casa y llevarla a la guardería, ya que puede crecer bacteria en la fórmula preparada.



GET UP & GROW

HEALTHY EATING AND PHYSICAL ACTIVITY FOR EARLY CHILDHOOD

Español (Spanish)



Fórmula para lactantes

Infant formula

Por más información

Raising Children Network
www.raisingchildren.net.au

www.health.gov.au

Toda la información contenida en esta publicación es correcta al mes de junio 2013.

10149 June 2013



Australian Government
Department of Health and Ageing



Si la lactancia materna no es posible, o ha cesado antes de que el bebé cumpla los 12 meses, una fórmula para lactantes es la única alternativa segura para los bebés.

Hay muchas clases de fórmulas para lactantes disponibles en el mercado. Elija una apropiada para la edad, y prepárela siempre en un entorno limpio, siguiendo las instrucciones del fabricante.

Si el bebé no está mamando, la fórmula láctea debe ser el único alimento que ingiera hasta la introducción de los sólidos aproximadamente a los seis meses de edad. La lactancia (ya sea materna o artificial) debe continuar mientras se están introduciendo los sólidos, y hasta los 12 meses.

Preparación de la fórmula

Lávese siempre las manos y asegúrese de tener un espacio limpio para trabajar antes de preparar cualquier fórmula. Hierva agua fresca y déjela enfriar a temperatura ambiente. Vacíe la cantidad requerida a una mamadera esterilizada, y use la cuchara provista para agregar al agua la cantidad correcta de fórmula en polvo.

Siga las instrucciones provistas en la fórmula y no agregue nada extra. Agregar cereal infantil o algún otro ingrediente a la fórmula puede perturbar la alimentación del bebé.

Se recomienda preparar la fórmula justo antes de alimentar al bebé, pero la fórmula extra se puede guardar en el refrigerador si es necesario por hasta 24 horas. No conserve la fórmula láctea preparada por más de 24 horas.

Para reducir el riesgo de quemar al bebé, caliente siempre las mamaderas al baño maría, no en el microondas. Además, antes de ofrecer una mamadera al bebé chequee siempre la temperatura del líquido, dejando caer algunas gotas en la parte interior de su muñeca. La leche debe estar tibia, no caliente.

“Se recomienda preparar la fórmula justo antes de alimentar al bebé...”

Cómo alimentar a su bebé

Se debe supervisar al bebé mientras se está alimentando. No deje al bebé solo con una mamadera, y nunca apunte la mamadera para el bebé. Apuntalar una mamadera pone al bebé en riesgo de atragantarse o contraer una infección a los oídos.

Tire cualquier cantidad de fórmula sobrante en la botella después que el bebé termine de tomarse la mamadera. No es seguro guardar o volver a usarla.

Todas las mamaderas y chupetes se deben enjuagar en agua fría después de usarlos, y luego lavarlos y esterilizarlos antes de usarlos nuevamente.

Observación sobre la leche de vaca

No se debe dar leche de vaca como bebida principal a los bebés antes de los 12 meses. A partir de alrededor de los seis meses se la puede usar en pequeñas cantidades en otros alimentos. No se recomiendan las leches con grasa reducida para niños menores de dos años.

Esterilización de mamaderas y chupetes

Es importante esterilizar las mamaderas y chupetes para matar las bacterias dañinas. Lave las mamaderas y chupetes con agua tibia jabonosa, enjuáguelos para eliminar el detergente o burbujas. Pregúntele a su enfermera de salud infantil o a la guardería para la primera infancia si no está segura de cuál método elegir, y siga siempre las instrucciones cuidadosamente.