

## SERVICIO DE PEDIATRÍA CHN

### LACTANCIA CON LECHE DE FORMULA

La alimentación del recién nacido con leche artificial debe ser A DEMANDA. Es importante reconocer los signos de hambre del recién nacido (búsqueda, despierto, manos a la boca) para ofrecer el alimento.

Ofrezca el biberón como si fuera el pecho, dedicándole su atención mientras está despierto, así se consigue proseguir con el vínculo y el cariño recíproco.

#### ¿Qué leche artificial elegir? ¿Hay que elegir alguna marca?

Si su pediatra no indica ninguna leche especial para su bebé, se debe utilizar una fórmula de inicio (Leche 1). La marca la elige usted.

#### ¿Qué biberón tengo que comprar? ¿Qué tetina?

Se puede elegir biberón de vidrio o de plástico. Los biberones de plástico no deben contener policarbonato (PC) ni PVC, libre de Bisfenol A. Las tetinas más recomendables son las de silicona y del número 0 (la más pequeña). Cambie el biberón cuando no vea bien las marcas de medida de leche. No haga más grandes los agujeros de las tetinas. Vienen preparados para que la leche salga de forma continua, no a chorro y así evitar que el lactante se atragante.

#### ¿Cómo limpiar los biberones?

Primero lavarse las manos con agua y jabón. Después lavar el material con agua jabonosa caliente utilizando cepillos especiales limpios para frotar el interior y el exterior de los biberones y tetinas con el fin de eliminar los restos de la toma anterior. Aclararlo con agua limpia.

#### ¿Cómo esterilizar el biberón y la tetina?

Se puede utilizar un esterilizador comercial o sumergir biberón y tetina en una olla grande, taparla y llevar a ebullición fuerte durante unos 5 minutos, procurando que no se evapore toda el agua. Lo mejor es utilizar el biberón inmediatamente tras esterilizar. Si se va a utilizar más tarde, debe guardarse seco y montado en un lugar limpio.

#### ¿Hay que comprar agua especial para el biberón del lactante?

Si en su lugar de residencia hay buen control sanitario del agua para el consumo puede usar el agua fría del grifo. Deje correr un poco el agua antes de recogerla.

Si usa de forma habitual agua embotellada o en su localidad no hay un control adecuado del agua o tiene dudas (obras recientes, mal olor del agua), emplee agua envasada, pero de bajo contenido en sales minerales (poco mineralizada o mineralización débil).

#### ¿Cómo se prepara un biberón?

Una vez limpio el biberón y preparado para su uso

1. Lavarse las manos con agua y jabón.
2. Hervir el agua (tanto si es agua del grifo como si es embotellada). Si se utiliza un hervidor automático, se esperará hasta que éste se desconecte. En una olla, se esperará hasta que el agua hierva con fuerza **NO MÁS DE 1 MINUTO** con el fin de que no se concentren demasiado las sales minerales del agua.
3. Con precaución para evitar quemaduras, verter al biberón, el agua que se habrá dejado enfriar después de su ebullición durante un máximo de media hora (para que no esté a menos de 70 °C) y añadir **1 cacito de polvo enrasado por cada 30 ml de agua, respetando siempre esa proporción y utilizando el cacito que incluye esa marca concreta de leche.**
4. El biberón preparado debe enfriarse rápidamente, poniendo el biberón bajo el chorro de agua fría o metiéndolo en un recipiente con agua fría o hielo, hasta que alcance la temperatura adecuada para dársela al bebé. Es necesario comprobar siempre la temperatura del biberón echando unas gotas en el dorso de la muñeca.

### ¿Cómo se debe dar el biberón?

Ponga a su bebé en posición semi-incorporada. El biberón se debe colocar de tal forma que la tetina tenga leche. No le fuerce a tomar todo lo que haya preparado.

Video Cómo preparar un biberón en el domicilio <https://youtu.be/bfEZoevj980>



Video Técnica método Kassing. <https://www.youtube.com/watch?v=1NQSIXi91Qw>

### ¿Puedo preparar leche para varias tomas?

Sí. Se pueden preparar las tomas con antelación

Hay que seguir las recomendaciones de preparación con agua a 70°C y se enfríen inmediatamente tras añadir el polvo al agua y se guarden en la nevera a temperatura de 5°C **durante un máximo de 24 horas.**

Las tomas preparadas pueden calentarse sumergiéndolas en un recipiente con agua caliente, sin que el nivel del agua llegue al borde de la tapadera y durante un máximo de 15 minutos. No debe utilizarse el microondas, ya que calienta la leche de forma irregular y puede crearse “bolsas de agua caliente” que produzcan quemaduras al bebé.

Esta leche calentada debe ser consumida en las siguientes 2 horas. Los restos de tomas deben desecharse.

### ¿Qué cantidad tengo que ofrecer biberón?

Durante la estancia hospitalaria el inicio será gradual, 5/10 ml por toma y se irá aumentando cada día 10 ml /toma. Ningún bebe es igual, y a veces necesitan otras cantidades en alguna de las tomas, esto es una recomendación general.

CUADRO PROPORCIONES		CANTIDADES RECOMENDADAS POR TOMAS
30 ML de agua	1 cacito raso	1º DIA- 10 cc por toma
60 ML de agua	2 cacitos rasos	2º DIA -20 cc por toma
90 ML de agua	3 cacitos rasos	3º DIA -30cc por toma
120 ML de agua	4 cacitos rasos	4º DIA -40 cc por toma
<b>Numero de tomas de 8/12 en 24 horas</b>		Y así sucesivamente

### ¿Debo ofrecerle algo entre tomas?

¡No! No debe tomar agua, infusiones tipo “digest”, manzanilla, anises etc... Sólo debe recibir leche.