

Forma segura de preparar la Fórmula para bebés

Es importante preparar adecuadamente la fórmula de su bebé recién nacido para protegerlos de las infecciones y las enfermedades. La fórmula en polvo para lactantes no está esterilizada y los recién nacidos están propensos a las infecciones causadas por gérmenes, especialmente durante las primeras seis semanas de vida. Siguiendo los hábitos adecuados de higiene y la preparación correcta, usted puede ayudar a asegurar que su bebé esté sano.

Cómo Preparar la Fórmula para Lactantes de forma Segura:

- Antes de preparar la fórmula para lactantes, lávese siempre bien sus manos con agua y jabón.
- Deje que el agua hierva durante 5 minutos. Si usa un hervidor eléctrico, espere hasta que se apague solo.
- Vierta la cantidad correcta de agua caliente sobre la cantidad correcta de fórmula en polvo.
- Usted puede esperar hasta 30 minutos para verter el agua hervida sobre la fórmula en polvo, pero es importante que el agua que use para preparar la fórmula esté por lo menos a 158 grados Fahrenheit (ó 70 grados Celsius) para matar las posibles bacterias que haya en la fórmula en polvo o en el envase.
- Si va a usar esta mezcla inmediatamente, la puede enfriar en un recipiente limpio con agua fría hasta que esté a la temperatura del cuerpo (que es de 37 grados Celsius ó 98 grados Fahrenheit). Puede probar la temperatura de la fórmula poniendo un poco en la parte interior de su muñeca.
- Guarde la fórmula recién preparada en el refrigerador.
- No debe dejar la fórmula recién preparada fuera del refrigerador por más de 2 horas.
- Si la botella ha tocado los labios de su bebé pero no bebió todo, lo que queda debe desecharlo, tirarlo y no guardarlo para dárselo al bebé más tarde.

Preguntas Frecuentes:

¿Debería usar agua embotellada o agua destilada para preparar la fórmula para lactantes?

Sí puede, pero no es necesario hacerlo. El agua embotellada no siempre es tan limpia como se cree. Independientemente de que si usa agua de la llave o agua embotellada, usted todavía tiene que hervir el agua a por lo menos 158 grados Fahrenheit antes de mezclarla con la fórmula en polvo porque el polvo en si no está esterilizado. Si usted vive en un edificio antiguo o si está preocupada por la pureza de su agua, puede hacer que se la analicen.

Para sentirme más segura, ¿debería usar la fórmula para lactantes que ya viene preparada para tomarla?

La fórmula para lactantes que ya viene preparada y está lista para tomarse (como las que usamos en el hospital) está esterilizada, pero es cara y no es necesario. La fórmula que se prepara correctamente es tan segura como la que ya viene preparada. La formula ya preparada puede ser muy conveniente para viajar y/o en situaciones en las que no tiene acceso a un lugar limpio y a utensilios para hervir el agua.

¿Puedo calentar la fórmula para lactantes en el microondas?

No, la fórmula que se calienta en el microondas puede crear "puntos de burbujas calientes" que pueden ser peligrosos para su bebé.

*La ciudad de Bend ha informado que se han encontrado pequeñas cantidades de criptosporidios en el agua de la ciudad y recomienda que se esterilice el agua que se usa para las fórmulas para lactantes. Se instalará un sistema de filtración por membrana para el agua y debería estar listo alrededor de Abril de 2016.

