

Preparación de formula

Pautas para niños sanos

Pautas para la preparación de formula para niños sanos

La formula en polvo no es esteril. Puede contener bacterias que pueden causar enfermedades graves en los bebés. Si preparara y almacena correctamente la formula infantil en polvo, puede reducir el riesgo de enfermedad.

PASO 1



- Todas las superficies de trabajo deben limpiarse con un producto adecuado para superficies en contacto con alimentos.
- Los productos de limpieza deben almacenarse separados de la formula y los ingredientes.

PASO 2

Lavese las manos con jabon antes de preparar la formula.



- Primero mojese las manos y luego aplique jabon.
- Lavese las manos durante 20 segundos, incluyendo las palmas, el dorso de las manos, las muñecas y debajo de las uñas.
- Enjuaguese las manos con agua corriente.
- Sequese con toallas de papel o con una toalla limpia.

PASO 3

Recipientes para la recoleccion y el almacenamiento de formula:



- Use recipientes de mezcla, biberones y tetinas limpios.
- Desinfecte todos los recipientes, biberones y tetinas antes del primer uso.
- Los recipientes pueden lavar con agua caliente y jabon, enjuagarse bien y dejarse secar al aire despues de cada uso.

PASO 4

Prepar la formula:



- Puedes utilizar agua del grifo, si el agua es apta para el consumo.
- El agua se puede esterilizar utilizando una tetera o una cacerola y llevandola a ebullicion completa durante 1 o 2 minutos.
- Para los bebés menores de 6 semanas, los CDC recomiendan mezclar la formula con agua caliente (a una temperatura de al menos 158°F/70°C).
- Deja siempre que la formula se enfríe antes de alimentar al bebé.
- Para enfriar la formula, coloque el biberon tapado bajo agua fría o sumérjalo en un baño de hielo.
- No permita que el agua permanezca estancado durante más de 30 minutos.



PASO 5

- Siga la receta proporcionada.
- Anadir mas o menos formula de lo indicado en la receta a los bebes.



PASO 6

- Mezcle agitando o haciendo girar suavemente el frasco para asegurarse de que no queden grumos.
- Las tomas deben prepararse en biberones individuales, guardarse en el refrigerador y consumirse en un plazo de 24 horas.
- La temperatura del refrigerador debe ser de 35° a 39°F o de 2° a 4°C.
- La formula que haya quedado tras una toma parcial debe desecharse en el plazo de una hora despues de que el bebe haya terminado de comer.

¿TIENE ALGUNA? LLAME A LOS SERVICIOS de NUTRICION al (816) 234-3468

Referendos:

Kids Health 120161. Formula feeding FAQs: Preparation and storage. Retrieved from: kidshealth.org/en/parents/formulafeed-storing.html?WT.ac=ctg#cathealthy-eating

Pediatric Nutrition Practice Group. Infant guidelines: Guidelines for preparation of human milk and formula in health care facilities. 2.a ed. pdgs. 71-79. Academy of Nutrition and Dietetics

1FAO/WHO. 2007. Safe preparation, storage and handling of powdered infant formula 1Preparación, almacenamiento y manipulación en condiciones higienicas de preparaciones en polvo para lactantes!: guidelines 1directrices!. Sitio web: who.int/foodsafety/publications/powdered-infant-formula/en/