

Instruccions: PREPARACIÓ DEL BIBERÓ

Tot i que el procés de fabricació de les fórmules infantils en pols s'aplica un tractament tèrmic, no es pot considerar que siguin estèrils, perquè no s'efectua una esterilització final i ocasionalment poden contenir microorganismes en petites quantitats. A més, es poden contaminar amb una preparació incorrecta.

El sistema immunitari del lactant està encara en desenvolupament i és més susceptible a les infeccions; per això és important seguir una bona higiene durant la seva preparació.

En aquest full li donem uns consells perquè pugui preparar els biberons amb seguretat, amb la finalitat de prevenir infeccions.



- Netejar la superfície on va a preparar el biberó
- Rentar-se les mans
- Posar a bullir aigua potable neta. Si utilitzeu aigua embotellada no cal bullir, però s'aconsella escalfar una mica per afavorir la dissolució de la llet en pols.
- Aboqui l'aigua en el biberó, **tenint en compte la quantitat que pren.**
- Afegir la llet en pols. **Utilitzar com a mesura la cullereta rasa** que porta el pot de llet.

- En 30 ml d'aigua: 1 cullerada



- En 60 ml d'aigua: 2 cullerades ...



- Moure el biberó fins que s'hagi dissolt bé la llet en pols amb l'aigua i no quedin grumolls.
- **Comprovar la temperatura de la llet** abocant unes gotes al dors de la nostra mà. Hi ha nens als quals els agrada més la llet tèbia i altres que la toleren millor a temperatura ambient.
- Si la llet està molt calenta, s'ha de refredar posant el biberó sota l'aigua. Asseguri que l'aigua no arriba a la tapa per no contaminar la mostra.
- Donar el biberó vigilant que la tetina estigui plena de llet, evitant l'entrada d'aire. Fer alguna pausa a meitat del biberó i afavorir que tregui els gasos.
- Netejar el biberó amb aigua i sabó, esbandir bé. Si l'aigua és de la xarxa pública no cal esterilitzar-lo.
- Guardar amb la tapa posada.

Altres consideracions:

- Oferir el biberó al seu fill cada tres hores (màxim cada quatre hores) durant el dia. A la nit, si dorm es pot saltar un presa.
- Els nadons inicien l'alimentació amb 20-30 ml . En funció de la tolerància, es pot anar augmentant 10 ml cada 3-4 preses . Bona tolerància vol dir que el nadó aguanta tres hores abans de tornar a reclamar i no regurgita o vomita .
- Durant la primera setmana de vida un nadó pot prendre fins 90ml per presa .
- En el moment de l'alta, el pediatre li informará de quin tipus de llet i quina quantitat ha de prendre el seu fill.
- En cas de lactància mixta (pit i biberó), primer oferir el pit i a continuació el biberó .
- Quan estigui fora de casa porti els biberons plens només d'aigua i en el moment de la presa afegeixi la llet en pols .
- Durant la nit prepari el biberó en el mateix moment . No utilitzeu escalfa biberons , ja que mantenir la llet tèbia afavoreix el creixement de microorganismes patògens.

