



HOSPITAL DE CERDANYA / HÔPITAL DE CERDAGNE
AECT - Agrupació Europea de Cooperació Territorial / GECT - Groupement Européen de Coopération Territoriale

Lactància artificial





Cóm es preparen els biberons

Elaboració

Per a una correcta preparació del biberó heu de començar rentant-vos bé les mans.

Es comença posant l'aigua i després s'hi afegeix la llet en pols. La proporció d'aigua/llet ha de ser sempre una mesura rasa de llet en pols per cada 30 ml. d'aigua. Les proporcions successives seran sempre derivades o múltiples de 30 ml.

La quantitat a oferir dependrà del pes del bebè, de manera que l'anirem augmentant amb el pas del temps. La dosi ha d'augmentar 10 ml. al dia, fins arribar als 90 ml., cap al desè dia de vida del bebè. Durant la primera visita, el pediatra us indicarà els canvis que s'hauran d'anar fent en funció de les seves necessitats.

No cal bullir l'aigua, perquè es pot fer servir aigua embotellada de baixa mineralització. Si preferiu utilitzar aigua bullida, recordeu que l'ebullició no ha de durar més d'un minut; a partir d'aquest temps, l'aigua s'evapora i queden les sals, cosa que dona lloc a una aigua massa mineralitzada.



LA LACTÀNCIA HA DE SER A DEMANADA DEL BEBÈ.

AGITEU SUAUMENT EL BIBERÓ PER BARREJAR-LO BÉ I EVITAR QUE QUEDIN GRUMOLLS.

Biberons preparats amb antelació

Si prepareu amb antelació el biberó de la presa següent, l'heu de guardar a la nevera fins al moment de la seva utilització (màxim 42 hores). En el moment de la presa, es pot escalfar en un escalfa-biberons, al bany-maria o al microones. Si feu servir el microones, heu de comprovar la temperatura abans de donar el biberó; la llet podria estar molt més calenta que el recipient!.

Fora de casa

Quan estigieu fóra de casa (de viatge, de compres, al parc...) pots endur-te biberons preparats amb la mesura corresponent d'aigua. Quan arribi el moment de la presa, afegeix la llet en pols i dóna-li el bebè immediatament, a temperatura ambient.

Preparant la presa

Si heu escalfat la llet abans de donar-li al bebè, n'heu de comprovar prèviament la temperatura, abocant-vos unes gotes al dors del canell. La llet ha d'estar tèbia; no calenta. També podeu donar el biberó amb la llet a temperatura ambient.

NOTA El que us sobri d'una presa es pot guardar durant una hora, com a màxim.



AL MERCAT HI TROBAREU MOLTS TIPUS DE TETINES I BIBERONS. PODEU TRIAR ELS QUE MÉS US AGRADIN O CONVINGUIN, SEMPRE QUE ESTIGUIN HOMOLOGATS I QUE S'ADAPTIN A L'EDAT DEL BEBÈ.

TAMBÉ HI HA MOLTES MARQUES DE LLET DE FÓRMULA. EXCEPTE EN EL CAS QUE EL PEDIATRA US HAGI DONAT ALGUNA INDICACIÓ ESPECÍFICA, QUALSEVOL DE LES LLETS DE **TIPUS 1** QUE ES COMERCIALITZEN SERÀ ADEQUADA, SEMPRE QUE ESTIGUI HOMOLOGADA.



Consells a tenir en compte durant la presa

Preparació

Tria un lloc tranquil, i posa't còmoda.

Col·loca al bebè de manera que el seu cap es recolzi al teu braç i que la seva esquena quedi el més recte possible.

Col·loca el biberó tan vertical com puguis, de manera que la tetina estigui plena de llet en tot moment; així evitaràs que el bebè empassi aire (causa de singlots, malestar abdominal...)



A L'HORA D'OFERIR EL BIBERÓ S'ACONSELLA ANAR CANVIANT DE COSTAT; ÉS A DIR, RECOLZAR EL BEBÈ A SOBRE DEL BRAÇ DRET DURANT UNA PRESA I A L'ESQUERRE A LA SEGÜENT. D'AQUESTA MANERA EXERCITARÀ ELS DOS COSTATS DE LA MANDÍBULA I ELS DOS MÚSCULS OCULARS (QUAN MENJA, EL BEBÈ COMENÇA A FIXAR LA MIRADA)

La presa

Si el bebè deixa de succionar el biberó, no l'has d'obligar a acabar-se'l. Ell/ella sap la quantitat que necessita.

És recomanable ajudar a fer el *rotet* després de la presa, per evitar que li quedi aire a la panxa que li pugui causar molèsties.

Després de prendre el biberó

Les deposicions del lactant alimentat amb fórmula acostumen a ser menys nombroses i més consistents que les dels que són alimentats al pit.

Normes de neteja

Durant la jornada, entre una presa i la següent, és correcte rentar els biberons al rentavaixelles o a mà, amb aigua calenta i sabó (utilitzant un raspall adequat i eliminant bé totes les restes de llet)

Un cop sec, el biberó s'ha de guardar ja muntat.

Es recomana esterilitzar els biberons d'ús habitual un cop al dia. Abans de l'esterilització diària s'ha de rentar tot el material.

Mètodes d'esterilització:

- A. La manera més pràctica i eficaç és utilitzar un **esterilitzador elèctric** a base de vapor.
- B. Es considera correcte esterilitzar en **rentavaixelles** si l'aigua està a uns 100° C.
- C. Es pot utilitzar el **mètode Milton o similar**. **ATENCIÓ**. Esterilitzar amb productes químics està desaconsellat si voleu congelar la llet un cop preparada.
- D. També es poden posar tots els productes a esterilitzar **en una olla gran** (sempre que sigui en poques quantitats), omplir d'aigua fins a cobrir-los, portar a ebullició a foc ràpid i quan l'aigua hagi començat a bullir, abaixar el foc sense trencar el bull. Al cap de 10 minuts es pot treure tot el material.

NOTA. Els materials esterilitzats s'han de deixar assecar a l'aire. NO s'han d'eixugar amb drap de cuina !