



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

# Lactancia artificial







## Cómo se preparan los biberones

### Elaboración

Para una correcta preparación del biberón hay que empezar por lavarse bien las manos.

Se empieza poniendo en primer lugar el agua, a la que se añade la leche en polvo. La proporción de agua y leche en polvo siempre debe ser de una medida rasa de leche en polvo por cada 30 ml. de agua. Las proporciones sucesivas serán siempre derivadas o múltiplos de 30 ml.

La cantidad ofrecida depende del peso del bebé, por lo que esta irá aumentando a medida que pase el tiempo. La dosis debe aumentar 10ml. diariamente, hasta llegar a 90 ml., hacia los 10 días de vida. Durante la primera visita, el pediatra indicará los cambios adaptados a sus necesidades

No es necesario hervir el agua, dado que se puede utilizar agua embotellada de baja mineralización. Si se prefiere utilizar agua hervida, no hay que mantener la ebullición más allá de un minuto, porque esta se evapora y quedan las sales, que dan lugar a un agua muy mineralizada.



LA LACTANCIA DEBE SER A DEMANDA DEL BEBÉ.

RECORDAD QUE HAY QUE AGITAR SUAVEMENTE EL BIBERÓN, PARA DESHACER POSIBLES GRUMOS.

### Biberones preparados con antelación

Si se prepara el biberón de la siguiente toma con antelación, hay que guardarlo en la nevera, hasta el momento de su uso (máximo 24 horas). En el momento de la toma, se puede calentar en un calienta biberones, al baño-maría o en el microondas. Si utilizamos microondas, hay que comprobar previamente la temperatura de la leche, pues podría estar mucho más caliente que el biberón.

### Fuera de casa

Cuando estés fuera de casa (de viaje, de compras, en el parque...) puedes llevar biberones preparados con la cantidad correspondiente de agua. Cuando llegue el momento de la toma, añade la leche en polvo y dáselo al bebé de inmediato, a temperatura ambiente.

### Preparando la toma

Antes de ofrecer el biberón al bebé y si la leche ha sido previamente calentada, se debe comprobar la temperatura de la misma en el dorso de la muñeca. La leche debe estar tibia, no caliente. También se puede dar a temperatura ambiente.

**NOTA** Lo que sobre de la toma se puede guardar durante una hora, como máximo.



HAY MUCHOS TIPOS DE TETINAS Y BIBERONES. PUEDES ELEGIR CUALQUIERA QUE TE GUSTE O TE CONVenga, SIEMPRE QUE ESTÉ HOMOLOGADO Y ADAPTADO A LA EDAD DEL BEBÉ.

TAMBIÉN HAY MUCHAS MARCAS DIFERENTES DE LECHE DE FÓRMULA. SALVO QUE EL PEDIATRA HAYA DADO ALGUNA INDICACIÓN ESPECÍFICA, CUALQUIERA DE LAS DE TIPO 1 QUE SE COMERCIALIZAN EN EL MERCADO SERÁ ADECUADA, SIEMPRE QUE ESTÉ HOMOLOGADA.



## Consejos a tener en cuenta durante la toma

### Preparación

Elige un lugar tranquilo y ponte cómoda.

Pon al bebé de forma que su cabeza se apoye sobre tu brazo y que su espalda esté lo más recta posible.

Coloca el biberón lo más vertical posible, a fin de favorecer que la tetina esté siempre llena de leche y que el bebé succione la menor cantidad de aire posible (causa del hipo, del malestar abdominal...).



SE ACONSEJA IR CAMBIANDO DE LADO A LA HORA DE OFRECER EL BIBERÓN, ES DECIR, EN UNA TOMA SOSTENER EL BEBÉ SOBRE EL BRAZO DERECHO Y EN LA SIGUIENTE TOMA SOBRE EL IZQUIERDO. DE ESTA MANERA SE EJERCITAN IGUALMENTE AMBOS LADOS DE LA MANDÍBULA Y LOS DOS MÚSCULOS OCULARES (CUANDO COME, EL BEBÉ COMIENZA A FIJAR LA MIRADA).

### La toma

Si el bebé deja de succionar el biberón, no le obligues a terminárselo. Él sabe la cantidad que necesita.

Se recomienda ayudarle a eructar después de la toma, para evitar que quede aire dentro de la barriga.

### Después de tomar el biberón

Las deposiciones del lactante alimentado con fórmula suelen ser menos numerosas y más consistentes que las de los alimentados a pecho.

## Normas de limpieza

Durante la jornada, entre las tomas, es correcto lavar los biberones con agua caliente y jabón; a mano (utilizando un cepillo adecuado y eliminando todos los residuos de leche) o en el lavavajillas.

Una vez secado, el biberón se guarda ya montado.

Se recomienda que una vez al día se esterilicen los biberones de uso habitual. Para la esterilización diaria, todo el material debe estar previamente limpio

### Métodos de esterilización:

- A. La forma más práctica y eficaz de esterilizar es la utilización de un **esterilizador eléctrico** con vapor.
- B. Se considera correcta la esterilización en **lavavajillas**, si se utiliza agua a unos 100°C.
- C. Se pueden esterilizar con **método Milton o similar**. OJO. La esterilización con productos químicos no es recomendable si se va a congelar la leche
- D. Se pueden colocar todos los productos a esterilizar **en una olla grande** (siempre y cuando sean pocas cantidades), llenar de agua hasta cubrirlos, llevar a ebullición a fuego rápido y posteriormente disminuir el fuego sólo para que sigan hirviendo. Al cabo de 10 minutos retiraremos todo el material.

**NOTA.** Los materiales esterilizados se deben dejar secar al aire. NO secar con paño de cocina!