

Preparación de fórmula

Gulas para niños saludables

Gulas de preparación de fórmula para niños saludables

La fórmula en polvo no es estéril. Puede contener bacterias que pueden causar enfermedades graves en los bebés. Al preparar y almacenar la fórmula infantil en polvo correctamente, usted puede reducir el riesgo de enfermedad.



PASO1

- Todas las superficies de trabajo deben limpiarse con un producto adecuado para superficies donde se ubican alimentos.
- Los artículos de limpieza deben almacenarse lejos de la fórmula y demás ingredientes.



PASO2

Lavese las manos con jabón y agua tibia antes de mezclar la fórmula.

- Primero moje las manos y, luego, aplique jabón.
- Lavese las manos durante 20 segundos, lo que incluye las palmas, el dorso, las muñecas y debajo de las uñas.
- Enjuague las manos con agua del grifo.
- Seque las manos con toallas de papel o con una toalla limpia.



PASO3

Recipientes para almacenar y extraer la fórmula:

- Use recipientes de mezcla, biberones y tetinas limpios.
- Desinfecte todos los recipientes, biberones y tetinas antes del primer uso.
- Los recipientes pueden lavarse en agua jabonosa caliente, enjuagarse bien y dejarse secar al aire después de cada uso.



PASO4

Prepar la fórmula:

- Se puede usar agua del grifo, siempre y cuando el agua sea segura para beber.
- El agua se puede esterilizar mediante el uso de una tetera o una cacerola y al hacer hervir el agua durante 1 a 2 minutos.
- Para bebés menores de 6 semanas, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan mezclar la fórmula con agua caliente.
- Siempre deje que la fórmula se enfríe antes de comenzar a alimentar al bebé.
- Para enfriar la fórmula, coloque el biberón tapado en un recipiente con agua fría o hielo.
- No permita que el agua se asiente por más de 30 minutos.



PASOS

- Siga la receta proporcionada.
- Agregar mas o menos formula de la que se indica podrf hacer que los bebes se enfermen.



PASO6

- Mezcle agitando o hacienda girar suavemente el biberon para asegurarse de que no haya grumos.
- Las dosis deben prepararse en biberones individuales, colocarse en un refrigerador y usarse dentro de 24 horas.
- La temperatura del refrigerador debe ser de 35 a 39 °F o de 2 A 4 °C
- La formula que fue parcialmente usada para alimentar al bebe debe descartarse entre 1 hora despues de que el bebe termino de alimentarse.

¿TIENE ALGUNA PREGUNTA? 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 ladantes!: guidelines ldirectrices!. Sitio web: who.int/foodsafety/publications/powdered-infant-formula/en/