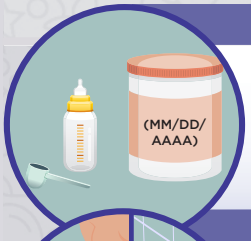
CÓMO PREPARAR Y ALMACENAR **LA FÓRMULA INFANTIL EN POLVO**

¿ESTÁ ALIMENTANDO A SU BEBÉ CON FÓRMULA INFANTIL EN POLVO?

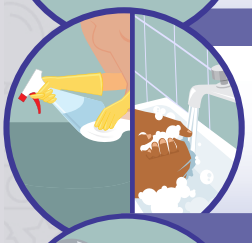
Siga estos pasos para preparar y almacenar la fórmula infantil de forma segura y correcta

PASO 1



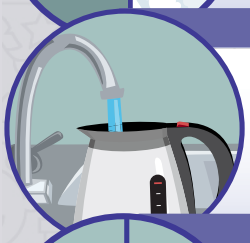
Asegúrese de que la fórmula **no haya vencido** y de que el envase esté **en buenas condiciones** (sin abolladuras, bordes hinchados o manchas de oxidación).

PASO 2



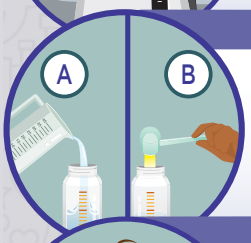
Limpie los mesones y lávese las manos con agua tibia y jabón antes de preparar los biberones. Use un biberón y una tetina que estén limpios.

PASO 3



Use agua de una fuente segura para mezclarla con la fórmula. El agua de la llave es generalmente segura, pero comuníquese con su departamento de salud local si no está seguro.

PASO 4



Use la cantidad exacta de agua y fórmula que figura en las instrucciones del envase de la fórmula infantil. **Siempre mida primero el agua y luego agregue el polvo. NUNCA diluya la fórmula** agregándole agua adicional. Esto puede enfermar a su bebé.

PASO 5

Agite el biberón para que la fórmula se mezcle. No la revuelva.

PASO 6

No es necesario que caliente la fórmula infantil antes alimentar al bebé. Si decide calentarla, coloque el biberón bajo agua corriente tibia o dentro de un recipiente con agua tibia por unos minutos. No permita que entre agua en el biberón o la tetina. Podría contaminar la fórmula preparada. Antes de alimentar al bebé, pruebe la temperatura de la fórmula dejando caer unas gotas sobre su propia muñeca. **Debe sentirla tibia, no caliente.**

Nunca caliente la fórmula dentro del microondas. Las microondas dejan partes más calientes que pueden quemarle la boca al bebé.

PASO 7

Después de darle de comer, asegúrese de **limpiar bien el biberón y la tetina antes del próximo uso.**

Para saber sobre la limpieza y desinfección de los artículos para la alimentación de los bebés, visite https://go.usa.gov/xAVTM

Para saber sobre la alimentación con fórmula infantil, visite https://www.cdc.gov/nutrition/InfantandToddlerNutrition/formula-feeding/index-es.html

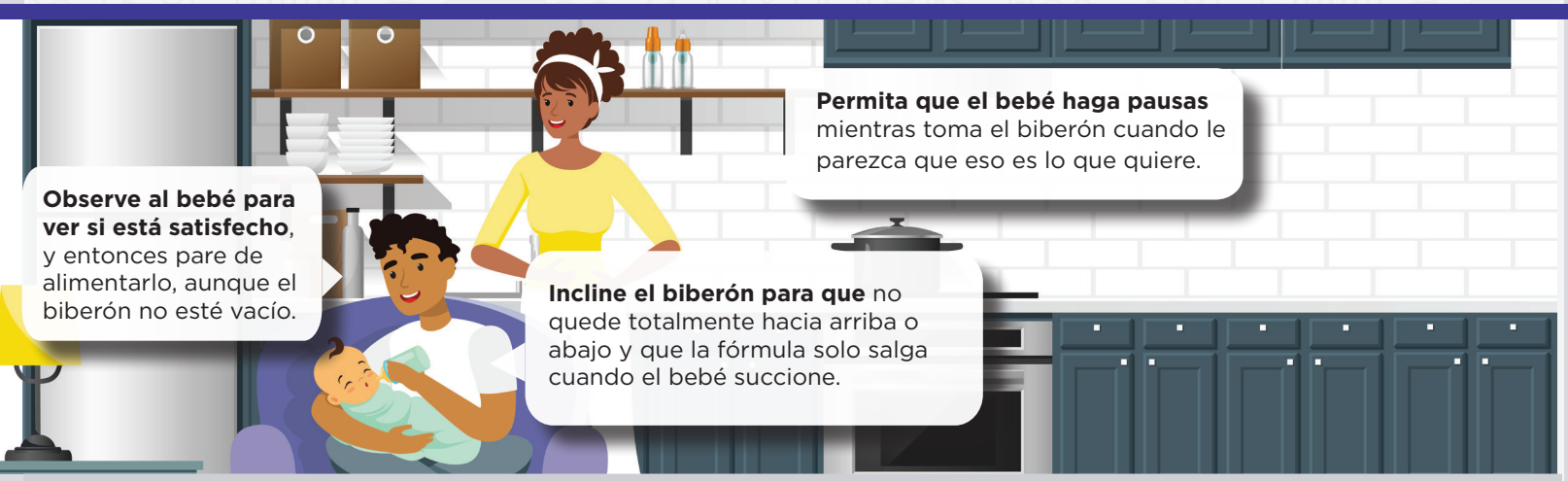
ÚSELA RÁPIDAMENTE O GUÁRDELA DE MANERA SEGURA

Use la fórmula infantil preparada dentro de un lapso de **1 hora desde que comenzó a alimentar al bebé** y **dentro de un lapso de 2 horas de la preparación.**

Si no va a usar la fórmula infantil preparada dentro del lapso de 2 horas, inmediatamente guarde el biberón en el refrigerador y use esa fórmula **dentro de las 24 horas.**

Deseche toda la fórmula infantil que quede en el biberón después de alimentar al bebé. **No la guarde en el refrigerador para usarla después.** La combinación de la fórmula infantil con la saliva de su bebé puede hacer que se multipliquen bacterias.

CONSEJOS PARA LA ALIMENTACIÓN CON BIBERÓN



RECUERDE

- **No** use un biberón para darle a su bebé cualquier cosa que no sea fórmula infantil o leche materna.
- **Sostenga al bebé cerca de usted** cuando le dé el biberón.
- **Siempre sostenga usted el biberón cuando lo alimente.** Apoyar el biberón sobre algo para sostenerlo en la boca del bebé puede aumentar el riesgo de que se atragante, tenga infecciones de oído y caries.
- **No acueste al bebé con un biberón.** La fórmula puede acumularse alrededor de los dientes del bebé y esto puede provocar caries.
- **No fuerce al bebé para que termine el biberón** si muestra señales de que está satisfecho.

Si su bebé tiene menos de 2 meses, nació prematuro o su sistema inmunitario está debilitado, quizás desee tomar precauciones adicionales cuando prepare la fórmula infantil.

Visite **https://www.cdc.gov/cronobacter/es/infection-and-infants-es.html** para saber más.

MLS CS 320583
306670-B
202101

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention