

Preparación de Biberones

Limpieza Esterilización Almacenamiento

Es muy importante que todos los utensilios utilizados para alimentar a los bebés y para preparar las tomas (biberones, tetinas, tapaderas, cucharas) hayan sido concienzudamente limpiados y esterilizados antes de utilizarlos. La limpieza y la esterilización del material eliminan las bacterias nocivas que podrían proliferar en la toma y hacer enfermar al bebé.

Limpieza



Paso 1

Lávese las manos con agua y jabón y séquelas utilizando un paño limpio.

Paso 2

Lave concienzudamente en agua jabonosa caliente todos los utensilios que vaya a utilizar para preparar y administrar el alimento. Utilice un cepillo limpio especial para biberones y tetinas para frotar el interior y el exterior, asegurándose de eliminar todos los restos de los lugares de difícil acceso.

Paso 3

Aclare bien en agua potable limpia.



Paso 7

Cierre el biberón y mezcle bien los ingredientes agitándolo suavemente.



Paso 8

Enfríe inmediatamente el contenido hasta la temperatura apropiada para alimentar al bebé, colocando el biberón bajo el chorro del grifo o sumergiéndolo en un recipiente con agua fría o con hielo. Para no contaminar el contenido, asegúrese de que el nivel del agua quede por debajo de la tapa del biberón.



Paso 9

Seque el exterior del biberón con un paño limpio o desechable.



Paso 10

Compruebe la temperatura de la toma vertiendo unas gotas en el interior de la muñeca. La toma estará tibia, no caliente. Si sigue estando caliente, enfríela un poco más antes de alimentar al bebé.



Paso 11

Alimente al bebé.



Paso 12

Deseche todo resto de la toma que no haya sido consumido en un plazo de dos horas.

Advertencia: Nunca utilice el horno microondas para preparar o calentar tomas. Estos hornos no calientan los alimentos de modo uniforme y pueden producirse "bolsas calientes" capaces de quemar la boca del bebé.



Esterilización

Los utensilios una vez limpios pueden esterilizarse mediante un esterilizador comercial (siga las instrucciones del fabricante) o una cazuela y agua hirviendo:



Paso 1

Llene una cazuela grande con agua.



Paso 2

Sumerja en el agua los utensilios una vez limpios. Asegúrese de que el material esté completamente cubierto por el agua y de que no queden en su interior burbujas de aire.



Paso 3

Cubra la cazuela con una tapadera y lleve a ebullición a fuego vivo, asegurándose de que el agua no llegue a evaporarse por completo.



Paso 4

Mantenga la cazuela cubierta hasta que necesite los utensilios.

Almacenamiento

Lávese y séquese las manos antes de manipular el material esterilizado. Se recomienda utilizar pinzas esterilizadas para manipular los utensilios esterilizados. Si extrae los utensilios del esterilizador antes de que los necesite, manténgalos cubiertos en un lugar limpio. Si extrae los biberones del esterilizador antes de utilizarlos, siempre debe ensamblarlos por completo, para impedir que el interior de la botella y el interior y el exterior de la tetina vuelvan a contaminarse.

Cómo preparar una toma para administrarla en biberón



Paso 1

Limpie y desinfecte la superficie en la que preparará la toma.



Paso 2

Lávese las manos con agua y jabón y séquelas con un paño limpio o un paño desechable.



Paso 3

Hierva agua potable limpia. Si utiliza un hervidor automático, espere hasta que se desconecte. Si utiliza una cazuela, asegúrese de que el agua hierva a fuego vivo.



Paso 4

Lea las instrucciones que figuran en el envase del sucedáneo en polvo para saber qué cantidad de agua y de polvo necesita. Utilizar más o menos polvo del indicado puede hacer enfermar al bebé.



Paso 5

Cuidando de evitar las quemaduras, vierta la cantidad apropiada de agua hervida en un biberón limpio y esterilizado. El agua no estará a menos de 70°C, de modo que no la deje enfriar durante más de 30 minutos después de hervirla.



Paso 6

Agregue la cantidad exacta de polvo al agua contenida en el biberón.