

No deje que se formen microbios en la leche

Los microbios se forman fácilmente en la fórmula para bebés. Usted puede evitar que su bebé se enferme tirando a la basura la fórmula que se haya echado a perder.

- Vea la fecha de caducidad en la lata de fórmula que aparece en inglés después de “use by”. Use la lata solamente si el mes y el año que aparecen en la lata todavía no han pasado.
- Tire la leche que su bebé deje en el biberón después de alimentarse. Los microbios del bebé se multiplicarán en la leche sobrante y lo enfermarán.
- Guarde la fórmula en polvo en un lugar fresco y seco, con la tapa de plástico puesta. No la guarde en el refrigerador.
- Tire a la basura la fórmula para bebés vieja. Los microbios se multiplican lentamente en el refrigerador. La fórmula para bebés o la leche materna que haya estado en el refrigerador por mucho tiempo puede enfermar al bebé.

Guía para saber cuándo tirar la leche del bebé:

Biberones con fórmula que sobró después de 24 horas

Latas abiertas de fórmula preparada o concentrada después de 48 horas

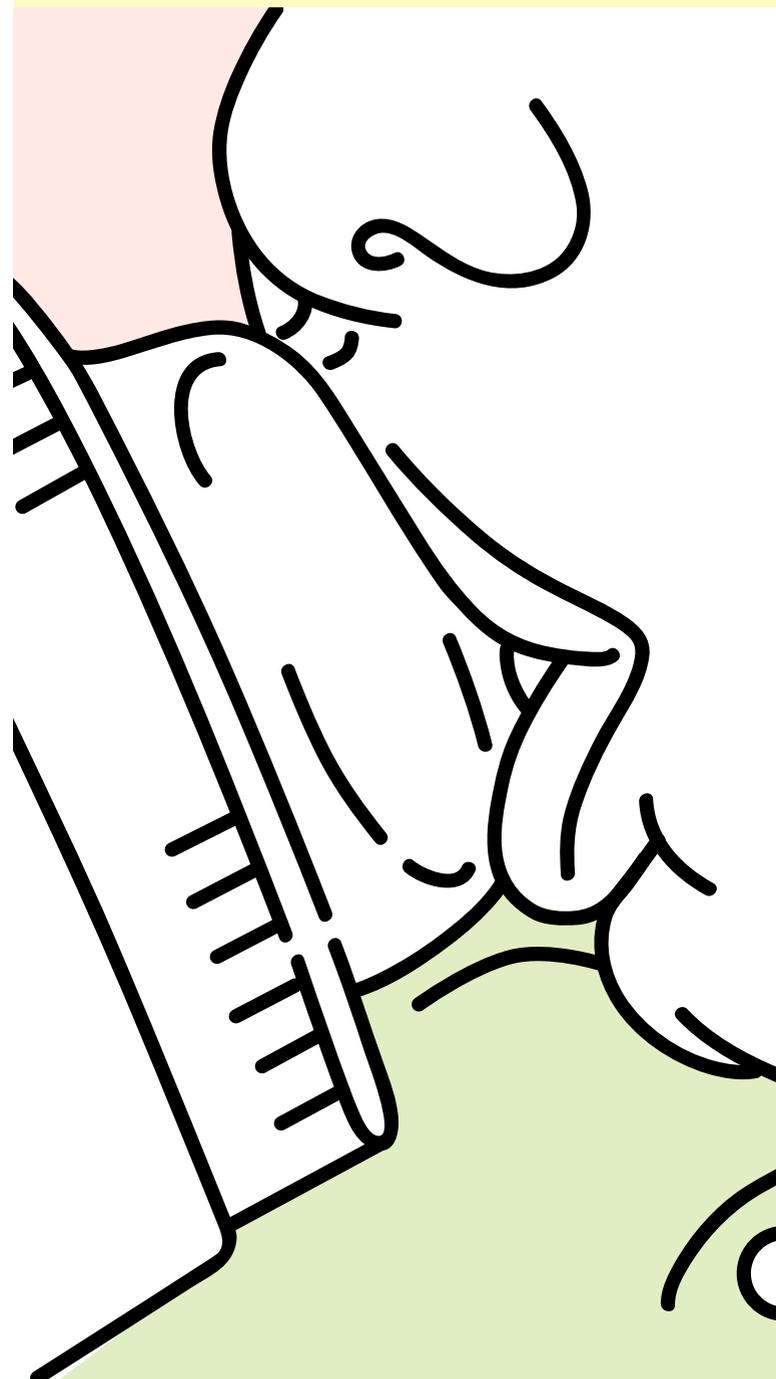
Latas abiertas de fórmula en polvo después de un mes.



© 2006 Departamento Estatal de Servicios de Salud.
Sección de Servicios de Nutrición.
Todos los derechos reservados.

stock no. 13-06-12255a Actualizado en 06/06

Para tener bebés sanos, maneje los biberones con cuidado



Manejar los biberones con cuidado le ayuda a mantener al bebé sano y feliz.

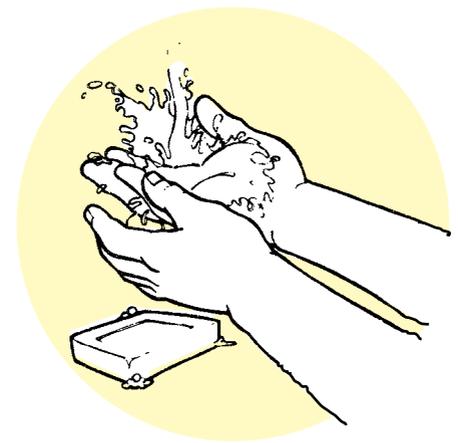
Al mantener limpios los biberones del bebé y guardarlos en el refrigerador, podrá evitar que su bebé tenga contacto con algún microbio que cause problemas estomacales.

Mantenga los biberones limpios

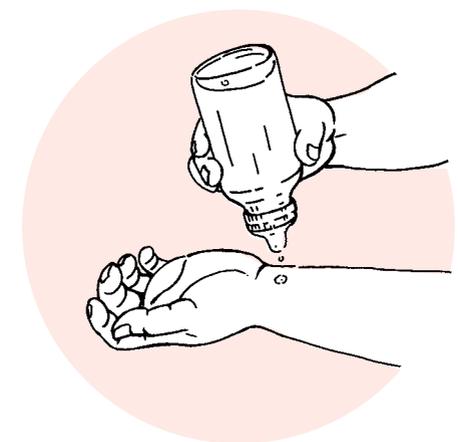
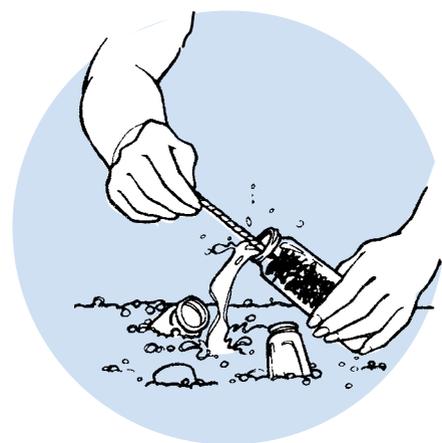
- Hasta que el bebé cumpla 3 meses, hierva el agua para la fórmula, lave los biberones, tapas y chupones en el lavaplatos o lávelos a mano, enjuáguelos y hierva los biberones por 5 minutos justo antes de llenarlos. Busque más información adentro sobre cómo lavar los biberones.
- Si el bebé es prematuro, pregúntele al doctor cuándo puede dejar de hervir el agua para la fórmula y de esterilizar los biberones sin peligro para el bebé.
- Use el biberón sólo una vez, luego lávelo antes de usarlo otra vez.



1. Lávese las manos con agua caliente y jabón.
Enjuágueselas bien.



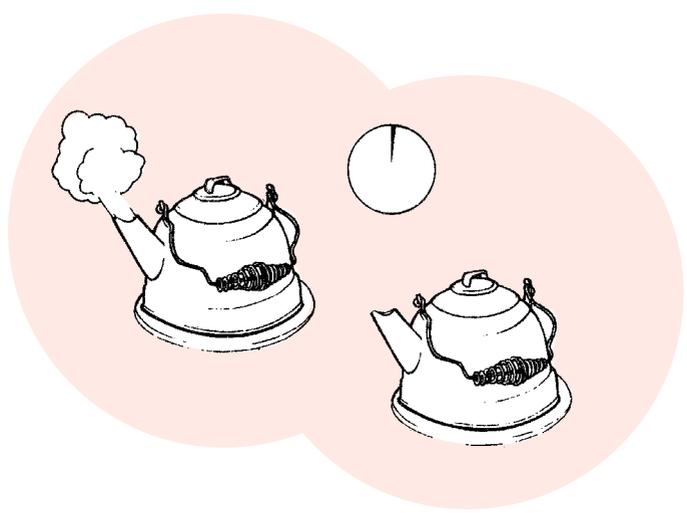
2.* Antes de usar los biberones y los chupones, lávelos con jabón, agua caliente y un cepillo para biberones. También lave las tapas de los biberones y otras cosas que use para mezclar la fórmula. Enjuague todo muy bien.



3.* Ponga los biberones, los chupones, los anillos y las tapas en una olla llena de agua de modo que queden cubiertos pero que no se salga el agua de la olla al hervir. Cubra la olla y hierva en la estufa por cinco minutos.



4. Al preparar la fórmula para bebés, hierva agua limpia por un minuto y déjela enfriar. Use el agua para preparar la fórmula.



Mantenga los biberones fríos

- Guarde los biberones con fórmula que no haya usado en el refrigerador hasta que esté lista para alimentar a su bebé.
- Tape las latas abiertas de fórmula líquida y guárdelas en el refrigerador.

Cuando salga con su bebé

- Lleve un biberón frío y preparado del refrigerador. Envuélvalo con un trapo para mantenerlo frío. Úselo dentro de las dos horas de haberlo sacado del refrigerador.
- Hay una mejor opción para llevar fórmula por más de dos horas: lleve fórmula para bebés en polvo y una botella de agua. Mezcle la fórmula para bebés cuando el bebé tenga hambre.
- Mejor aún, amamante a su bebé. La ley de Texas le da el derecho de amamantar donde quiera que vaya.

Cómo calentar los biberones para alimentar al bebé

- Ponga el biberón dentro de una olla con agua caliente (no hirviendo) por cinco minutos. Agítelo y pruebe la temperatura antes de alimentar al bebé. Para probar la temperatura, póngase una gota de fórmula en el interior de la muñeca. Si el líquido quema o se siente muy caliente sobre su muñeca, la fórmula está demasiado caliente para dársela al bebé. Déle a su bebé fórmula tibia, no caliente.
- No caliente los biberones en el microondas. Parte de la leche puede calentarse mucho y quemar la boca o la garganta del bebé.

* *Sáltese los pasos 2 y 3 si tiene un lavaplatos que desinfecta los biberones del bebé.*