

Haciendo Fórmula

El uso de fórmula en polvo puede aumentar el riesgo de enfermedades en su bebé.

1. Biberones Limpios

- Lave sus manos y encimera/mesa con agua y jabón.
- Limpie los biberones, las tetillas, los anillos y las tapas con agua caliente y jabón.



Use un cepillo de botella para limpiar los biberones. Enjuague bien.



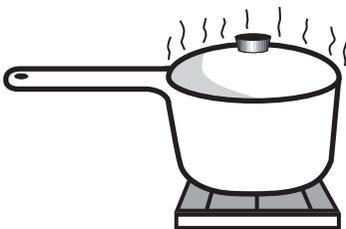
Exprima el agua por los rotos de la tetilla para asegurarse de que estén abiertos.



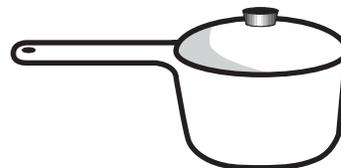
Cubra los biberones, las tetillas, los anillos y las tapas con agua. Hierva por 5 minutos. Remueva y deje que se sequen al aire libre. Cúbralos y guárdelos hasta que los necesite.

2. Prepare el Agua

- Esterilize toda el agua, incluyendo el agua comprada en la tienda.



Llene una cacerola limpia con agua **FRIA**. Tápela y ponga a hervir. Hierva de **1 - 2 minutos**.

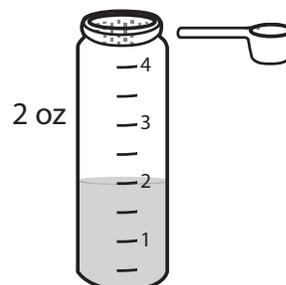


Remueva del calor. Use en **10 - 15 minutos**. El agua estará caliente.

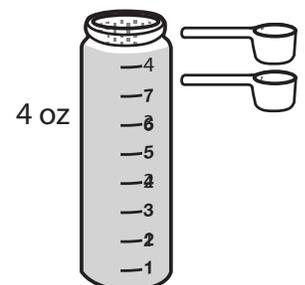
3. Mezcle la Fórmula

En Polvo

- Lave la parte de arriba de lata y el abridor de lata también. Chequee la fecha de expiración y las condiciones del envase.
- Siempre ponga primero el agua esterilizada en el biberón.
- Use la cuchara que viene con la lata de fórmula para medir la fórmula.
- Por cada 2 onzas de agua esterilizada, añada 1 cucharada rasa de fórmula en polvo.*
- Agite gentilmente la fórmula, envés de moverla en círculo (stir).



Añada una **cucharada** rasa a 2 onzas de agua.



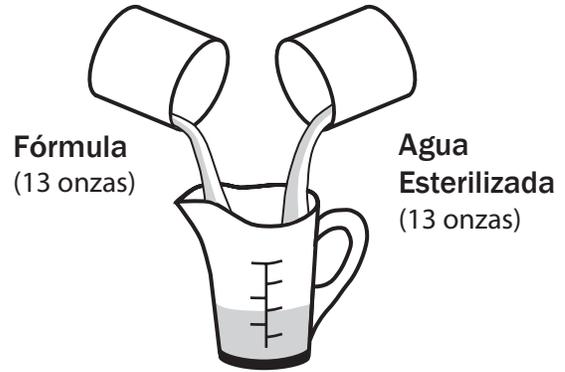
Añada 2 **cucharada** rasa a 4 onzas de agua.

* Chequee las instrucciones en la lata de fórmula.

3. Mezcle la Fórmula

- Lave el jarrón/jarra con agua caliente y jabón.
- Enjuague bien.
- Lave la parte de arriba de la lata y el abridor de lata también.
- Agite la lata y ábrala.
- Mezcle una lata **de fórmula concentrada (13 onzas)** con 1 **lata de agua esterilizada (13 onzas)** para hacer 26 onzas de fórmula preparada.

Concentrada



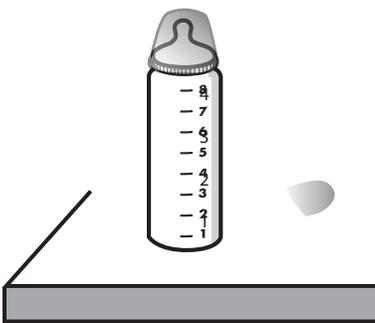
4. Llene los Biberones/Botellas

En cada biberón, ponga suficiente para **una alimentación**. Antes de alimentar al bebé, caliente o enfríe la botella a la temperatura apropiada.

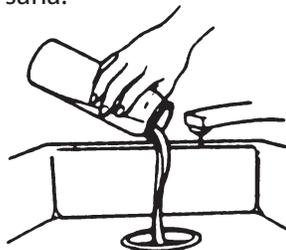


5. Guarde la Fórmula

Siempre guarde la fórmula mezclada en el refrigerador/nevera. Use la fórmula concentrada dentro de 48 horas. Use la fórmula en polvo dentro de 24 horas.

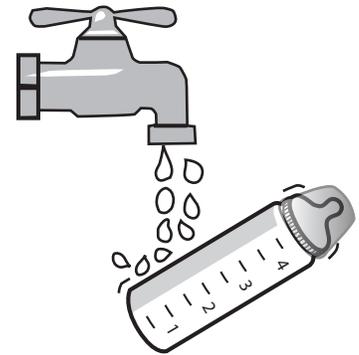


La fórmula mezclada que ha estado fuera del refrigerador/nevera por más de **una hora** no es sana.



Eche a la basura cualquier cantidad de fórmula que quede en el biberón después de cada alimentación.

6. Calentando la Fórmula



Si a su bebé le gusta la fórmula tibia/templada, sujete el biberón bajo agua corriente y tibia.

Nunca use un microonda para calentar el biberón del bebé. El calor del microonda puede causar partes calientes que pueden quemar al bebé.



Department of Health