

Biberón

La leche adaptada para biberones se hace con leche de vaca modificada para que se parezca a la leche materna.

El niño hasta el año de vida sólo puede tomar leche materna o leche adaptada. Hasta los 6 meses la **de inicio** (tipo I). A partir de los 6 meses, la **de continuación** (tipo II).

Material necesario

- 2 a 3 biberones con boca ancha para facilitar la limpieza y con marcas de las medidas para el agua.
- Tetinas con el agujero adecuado para que la leche salga “gota a gota”.
- Una olla grande con tapa para hervir los biberones.
- Un escobillón para limpiarlos.

Preparación del biberón

1. Es muy importante **lavarse bien las manos** con agua y jabón antes de preparar el biberón.
2. **Ponga siempre primero el agua y luego la leche en polvo.**

Puede utilizar agua embotellada o agua del grifo. En caso de duda, hierva el agua 1 minuto.

Llene el agua con la marca del biberón a la altura de los ojos. Puede templarla en el microondas.

3. **Añada un cacito raso de leche en polvo por cada 30 ml de agua.**

| Agua | Cacitos |
|--------|---------|
| 30 ml | 1 |
| 60 ml | 2 |
| 90 ml | 3 |
| 120 ml | 4 |
| 150 ml | 5 |
| 180 ml | 6 |
| 210 ml | 7 |
| 240 ml | 8 |

4. Agite suavemente la mezcla.
5. Guarde la lata de leche bien cerrada en lugar fresco y seco.
6. La leche preparada se puede guardar 24 horas en la nevera. No la guarde en el calentabiberones ni en el termo.
7. Se puede calentar al microondas o al baño maría.

Dar el biberón

- Antes de dar el biberón compruebe su temperatura dejando caer unas gotas de leche sobre el dorso de su mano.



- La posición correcta para dar el biberón es con el bebé en el regazo y un poco incorporado. Nunca se lo dé acostado o sentado.

- Mientras se lo da, la tetina ha de estar siempre llena de leche para que el bebé no trague aire.

- **La leche sobrante debe tirarse.**

Limpieza del biberón

- Hay que lavarlo con agua y jabón utilizando un escobillón. Las tetinas se ponen del revés y se frotran con el escobillón.



- Después hay que desinfectar tetinas y biberones. Ponga a hervir 2-3 minutos los biberones boca abajo y las tetinas en una olla con tres dedos de agua. Las tetinas pueden estar en una rejilla para que duren más.
- Guarde los biberones tapados con las tetinas dentro y boca abajo.