

▶ La llet que s'utilitza per preparar els biberons és de vaca modificada per tal que s'assembli a la llet materna. És la llet "adaptada".

▶ **El bebè no pot prendre llet de vaca no adaptada fins que tingui un any.** Durant els primers mesos de vida, se li dona la llet d'inici. A partir dels cinc mesos, la llet de continuació.

Material necessari:

▶ De 2 a 3 **biberons** amb boca ampla per facilitar la neteja i amb les marques de les mesures.

▶ **Tetines** amb forat ample perquè la llet surti gota a gota.

▶ Un **recipient** gran amb tapa per poder bullir els biberons.

▶ Un **raspall** allargat per netejar-los.

Com preparar-lo:

▶ **Renti's bé les mans** abans de preparar el biberó. En la preparació del biberó cal ser molt net.

▶ **Pot fer servir aigua embotellada** (amb poc sodi) o **aigua de l'aixeta**. En cas de dubte, bulli l'aigua 1 minut en una cassola tapada.

▶ Si escalfa l'aigua en el microones, tingui cura, ja que pot cremar.

▶ **Deixi refredar l'aigua** fins que estigui a temperatura ambient.

▶ **Posi sempre primer l'aigua i després la llet en pols.** Afegeixi un cassonet ras de llet en pols per cada 30 cc. d'aigua (dos cassonets per 60 cc. d'aigua, etc.).

Posi la quantitat d'aigua i de llet que li digui el seu pediatre o infermera.

▶ **Agiti suaument** la barreja fins que no quedin grumolls.

▶ La llet preparada es pot conservar en la nevera durant 24 hores. No la guardi en termos.

▶ Deixi la llauna de llet ben tancada.

Donar el biberó:

▶ Abans de donar el biberó, **provi la seva temperatura** deixant caure unes gotes al damunt del dors de la seva mà.

▶ El bebè ha d'estar a la **falda** i una mica incorporat, **mai** ajagut o assegut en una cadira.

▶ Mentre li estigui donant, la tetina ha d'estar sempre plena de llet i no tenir aire.

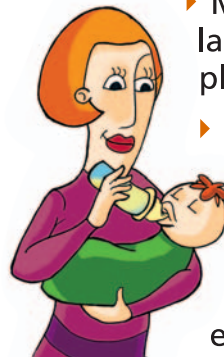
▶ La llet sobrant ha de rebutjar-se.

Neteja del biberó

▶ Després d'acabar la presa, es renta el biberó amb aigua i sabó utilitzant un escovilló.

Giri les tetines del revés i fregui-les. Esterilitzi tot en una cassola coberta d'aigua i deixi-ho bullir durant 2-3 minuts.

▶ Posi les tetines boca avall dins del biberó i cobreixi-les amb els taps.



▶ La leche que se utiliza para preparar los biberones es de vaca modificada para que se parezca a la leche materna. Es la leche "adaptada".

▶ **El bebé no puede tomar leche de vaca no adaptada hasta que tenga un año.** Durante los primeros meses de vida, se le da la leche de inicio. A partir de los cinco meses, la leche de continuación.

Material necesario:

- ▶ De 2 a 3 **biberones** con boca ancha para facilitar la limpieza y con las marcas de las medidas.
- ▶ **Tetinas** con un agujero ancho para que la leche salga gota a gota.
- ▶ Un **recipiente** grande con tapa para poder hervir los biberones.
- ▶ Un **cepillo** alargado para limpiarlos.

Cómo prepararlo:

- ▶ **Lávese bien las manos** antes de preparar el biberón. En la preparación del biberón hay que ser muy limpio.
- ▶ **Puede usar agua embotellada** (con poco sodio) o **agua del grifo**. En caso de duda, hierva el agua 1 minuto en una olla tapada.
- ▶ Si calienta el agua en el microondas, tenga cuidado, pues puede quemar.
- ▶ **Deje enfriar el agua** hasta que esté a temperatura ambiente.
- ▶ **Ponga siempre primero el agua y después la leche en polvo.** Añada un cacito raso de leche en polvo por cada 30 cc. de agua (dos cacitos por 60 cc. de agua, etc.)

Ponga la cantidad de agua y de leche que le digan su pediatra o enfermera.

- ▶ **Agite suavemente** la mezcla hasta que no queden grumos.
- ▶ La leche preparada se puede conservar en la nevera durante 24 horas. No la guarde en termo.
- ▶ **Deje la lata de leche bien cerrada.**

Dar el biberón:

- ▶ Antes de dar el biberón, **pruebe su temperatura** dejando caer unas gotas sobre el dorso de su mano.
- ▶ El bebé ha de estar en el **regazo** y un poco incorporado, **nunca** acostado o sentado en una silla.



- ▶ Mientras se lo está dando, la tetina ha de estar siempre **llena de leche** y no tener aire.
- ▶ La leche sobrante debe **desecharse.**

Limpieza del biberón:

- ▶ Tras terminar la toma, se **lava el biberón** con agua y jabón usando un escobillón.
- Gire las tetinas del revés y frótelas. Esterilice todo en una olla cubierta de agua y déjelo hervir durante 2-3 minutos.
- ▶ Ponga las tetinas boca abajo dentro del biberón y cúbralas con los tapones.