



COMISIÓN DE LACTANCIA HUVN 2022

<https://www.huvn.es>



HUVN
HOSPITAL UNIVERSITARIO
VIRGEN DE LAS NIEVES

LACTANCIA ARTIFICIAL

La alimentación de un bebé en los primeros días de vida es un momento especial que te permitirá establecer vínculo con tu hijo que durará toda la vida y os permitirá conoceros. Si has decidido alimentar a tu hijo con leche artificial sigue los siguientes consejos

¿Qué tipo de leche?

La leche de elección será la denominada de Inicio o fórmula 1. Existen diferentes marcas en el mercado, todas son adecuadas para la alimentación del bebé.

El pediatra te aconsejará si tu bebé necesita alguna fórmula específica, de características especiales.

¿Qué biberón y tetinas elegir?

El biberón se debe comprar de un material homologado (plástico o vidrio). Hay tetinas de silicona o plástico. El agujero debe permitir una salida lenta de la leche en forma de goteo continuo, pero no a chorro (flujo lento). Conviene revisar a menudo tetinas y biberones y sustituirlos si están rotos, deteriorados o no se ven bien las marcas de las cantidades.



¿Cómo preparar el biberón?

- Lava tus manos con agua y jabón.
- Limpia la superficie donde vas a preparar el biberón.
- Puedes usar agua del grifo o embotellada (apta para la preparación de alimentos infantiles).
- Calienta el agua a un mínimo de 70°C.
- Vierte el agua caliente en el biberón hasta la cantidad deseada.
- Añade las medidas de polvo correspondientes, adecuadamente enrasadas.



- Es muy importante poner siempre el agua primero y añadir después el polvo, de no ser así pueden presentarse problemas de salud en tu bebé.
- Enfría el biberón bajo el grifo hasta llegar a la temperatura ideal (puedes comprobarla poniendo una gota en la parte interna de la muñeca, la temperatura debe ser aproximadamente igual a la temperatura corporal, no notarás la gota caliente ni excesivamente fría).



- Cualquier resto de leche sobrante de una toma en el biberón debe desecharse.
- La leche ya preparada dura a temperatura ambiente una hora.
- Limpia bien el biberón tras la toma con agua y jabón para retirar los restos y evitar crecimiento de bacterias.



- Prepara el biberón para la toma necesaria, no acumular tomas en el frigorífico.
- Esteriliza el material de alimentación de tu bebé antes de volver a usar.

¿Cuándo debe comer y qué cantidad en cada toma?

La alimentación debe ser a **demanda**. Alimenta a tu bebé cuando éste muestre los primeros signos de hambre (movimientos de cabeza y boca en actitud de búsqueda, llevarse las manos a la boca...). El llanto es un signo tardío de hambre. Intenta ofrecer siempre la toma antes de que lllore. Durante los primeros días es necesario asegurar un mínimo de tomas, por lo que es recomendable que, pasadas tres-cuatro horas desde la última toma, se intente despertar al bebé con suavidad. A partir de la segunda semana, no es necesario despertarlo.

No te preocupes si no termina el biberón. No lo obligues a tomar más leche de la que quiere durante una toma. Algunos bebés necesitan alimentarse con más frecuencia que otros, y otros quieren más leche. Déjate guiar siempre por tu bebé.

CUADRO ORIENTATIVO DE CANTIDADES POR TOMA

Primer día	5ml-10ml
Segundo día	20ml
Tercer día	30ml
Cuarto día	40ml
Quinto día	50ml

¿Cómo dar el biberón?

Sujeta a tu bebé cerca de ti, en una posición semiincorporada para que pueda ver tu rostro y tranquilízalo mirándolo a los ojos y hablándole durante la alimentación.

Comienza invitando al bebé a abrir la boca: rozando suavemente la tetina contra su labio superior. Mantén la tetina llena de leche para evitar que tu bebé tome aire durante la toma. Comprueba que el orificio de la tetina no sea demasiado grande ya que dar leche demasiado rápido puede causar atragantamientos. Es posible que el bebé haga breves descansos durante la toma y/o que necesite eructar. Cuando haya terminado su toma mantenlo en posición vertical y frótale suavemente o dale palmaditas en la espalda para que suelte el aire. Desecha la fórmula que no haya consumido tu bebé después de que hayas terminado de alimentarlo.