

Recomendaciones para preparar un biberón

El biberón es una alternativa que tienen las madres para alimentar a sus bebés, ya que no todas las madres se encuentran en condiciones como para amamantar a su bebé, incluso en algunas ocasiones puede que la leche materna sea insuficiente para el alimento del bebé.

La tetina elegida debe tener un agujero adaptado al tipo de alimento y a la edad del niño para evitar ahogos o tener que hacer excesivo esfuerzo para conseguir el alimento. Tanto la tetina como el biberón tienen que ser revisados periódicamente y limpiarlos con mucho cuidado para evitar que en su interior contenga algo que perjudique al bebé. Debe hacerse una limpieza perfecta, desinfección y secado, debe limpiarse con agua caliente, jabón y cepillo, puede utilizarse el lavavajillas.

El biberón debe tener una temperatura aproximada a 37°C.

El agua empleada para preparar el biberón debe ser agua estéril, es decir agua hervida durante 1 minuto o usar agua embotellada mineral de baja mineralización. Se añade por cada cacito de leche, 30mL de agua. La cantidad que se le vaya a dar al bebé será la recomendada por el pediatra a su edad y también se puede ver las indicaciones en el envase de leche. No se debe hervir ni volver a calentar el biberón una vez preparado, ya que pierde vitaminas, se evapora el agua y las proteínas e hidratos de carbono pueden reaccionar.

Seguidamente, se agitará todo hasta que quede sin grumos. Antes de darle el biberón al bebé es importante que la madre compruebe la temperatura echándose un poco en la mano. Se pueden preparar varios biberones y conservarlos en el frigorífico para cuándo haga falta, aunque éstos deben consumirse antes de 24 horas.

Cuándo se le vaya a dar el biberón al bebé es importante la postura en la que se vaya a poner al bebé. La postura apropiada consiste en poner al bebé semi acostado y ponerle el biberón de tal manera que la tetina esté completamente llena de leche.

Algunos bebés eructan cuándo acaban el biberón, a otros les cuesta más, es estos casos es conveniente ayudarlos: se puede probar en incorporarles, darle palmaditas suaves en la espalda o cambiándole de postura.