

Información para profesionales de la salud sobre la manipulación segura de la leche de fórmula infantil

Aunque los expertos coinciden en que la leche materna es el método preferido para la nutrición de los recién nacidos, en ocasiones no es posible. La leche de fórmula infantil es un buen sustituto de la leche materna que ha sido altamente investigado y regulado. Los bebés no tienen su sistema inmune completamente desarrollado, lo que aumenta su riesgo de contraer infecciones. Así que es muy importante seguir las recomendaciones del fabricante acerca del cuidado y seguridad del producto para que los gérmenes no contaminen la fórmula.

Supervisión de la FDA: en los Estados Unidos, todos los fabricantes deben registrarse con la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA por sus siglas en inglés) y sus productos deben cumplir con los estándares de calidad nutricional y seguridad establecidos por la agencia.

Excepciones: las fórmulas que son fabricadas para bebés con determinadas afecciones médicas, como problemas metabólicos, bajo peso al nacer o algún problema médico o dietético inusual.

Tres tipos de leche de fórmula infantil:

- Lista para el consumo: no es necesario añadir agua.
- Concentrado líquido: debe mezclarse con la misma cantidad de agua.
- En polvo: debe mezclarse cuidadosamente con agua siguiendo las instrucciones en la etiqueta.

Costo: la leche lista para el consumo es la más costosa, el concentrado líquido es menos costoso y la fórmula en polvo es la menos costosa.

Bebés con un mayor riesgo de enfermarse con patógenos encontrados en la leche de fórmula infantil:

- Menores de dos meses
- Con sistemas inmunes débiles
- Nacidos prematuramente
- Bebés que están enfermos o recibiendo tratamiento médico, como quimioterapia para el cáncer.

Preparación

Importancia de manipular la leche de fórmula infantil de forma segura: el *Cronobacter* es un germen que se encuentra en todas partes a nuestro alrededor, en el agua, en los alimentos húmedos y en los alimentos secos, como la fórmula en polvo. Cuando el envase es abierto, el *Cronobacter* puede introducirse en la fórmula en polvo. El *Cronobacter* puede causar infecciones poco frecuentes pero posiblemente mortales en los bebés, como la *sepsis* (una afección causada por una infección grave en el organismo) o la *meningitis* (inflamación de las membranas protectoras que cubren el cerebro y la médula espinal, que puede causar la muerte o discapacidades permanentes). Es muy importante evitar la contaminación cruzada entre los biberones, tetinas y utensilios durante la preparación de la leche.



Lavarse las manos: lávese siempre las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos antes de preparar la leche de fórmula.

Limpieza de los biberones y los componentes : antes de usar los biberones y sus componentes por primera vez, hierva los biberones, las tetinas, los tapones, los anillos y las válvulas durante 5 minutos. Después de cada uso, lávelos en el lavavajillas, si dispone de uno, con agua caliente y un ciclo de secado a alta temperatura (o un programa de desinfección). Si los lava a mano, lávelos con agua y jabón en un recipiente que solo se utilice para lavar los biberones y sus componentes, enjuáguelos y séquelos al aire libre sobre una toalla de papel o un paño de cocina limpio.

Recipientes y cucharas de la leche de fórmula infantil en polvo: es poco probable que la fórmula en polvo se contamine si permanece seca. Solo limpie el exterior del envase y la tapa antes de abrirlo por primera vez. Para limpiar el envase, utilice una toallita desinfectante o una toalla de papel rociada con desinfectante. No sumerja el envase en agua ni lo ponga bajo el grifo del agua corriente. No abra el envase hasta que todas las superficies estén completamente secas. Nunca limpie el interior del envase. Si la cuchara cae en el fregadero de la cocina, en la encimera o en el suelo, o se ensucia de cualquier otra forma, límpiela como haría con el biberón. Deje que se seque completamente al aire libre antes de usarla otra vez.

Agua: siempre utilice agua de una fuente segura para mezclar la leche. Si no está seguro de que el agua del grifo ya sea de un suministro público de agua potable o de un pozo privado, es segura para preparar la leche, contacte a su departamento de salud local. *Para los bebés con un mayor riesgo, siempre siga las instrucciones en la etiqueta para hervir el agua que aparecen a continuación sobre las **Emergencias relacionadas con el agua.***

- **Agua embotellada:** el agua embotellada no es estéril a menos que lo indique en la etiqueta. Si está etiquetada como estéril y se comercializa específicamente para los bebés, debe cumplir con los requisitos de la FDA sobre la esterilización de los productos comercializados. Si utiliza agua embotellada común para preparar la leche, manipúlela del mismo modo que el agua del grifo.
- **Emergencias relacionadas con el agua:** si el suministro de agua se interrumpe por la rotura de una tubería o se contamina a causa de un huracán o una inundación, utilice agua embotellada para preparar la leche en lugar de agua del grifo. Si tiene que utilizar el agua del grifo que pueda estar contaminada, hiérvala durante un minuto (3 minutos en altitudes superiores a 6500 pies) para desinfectarla y déjela enfriar en la olla durante cinco minutos.

Mezcla: siga las instrucciones en la etiqueta del producto. Añada al biberón la cantidad exacta de agua y la cantidad exacta de fórmula en polvo que indica la etiqueta antes de agitar para mezclarla. La leche con muy poca agua puede causar deshidratación (pérdida perjudicial de líquido corporal). La leche con demasiada agua no proporcionará suficiente nutrición y, si se alimenta con ella al bebé durante mucho tiempo, puede provocar un crecimiento más lento.

Tanto la leche de fórmula infantil líquida lista para el consumo como el concentrado líquido están hechos para ser estériles (sin gérmenes) y son opciones más seguras que la fórmula en polvo para los bebés con un mayor riesgo de enfermedades que no reciben leche materna.

Si su bebé tiene un mayor riesgo de enfermarse en caso de presencia de patógenos en la fórmula, tome estas medidas adicionales:

- Si utiliza concentrado líquido, hierva el agua si no está seguro de la potabilidad de su fuente de agua, déjela enfriar en la olla durante 5 minutos y añádala al biberón.
- Si se trata de leche en polvo, hierva el agua, déjela enfriar en la olla durante 5 minutos y añádala al biberón. Añada el polvo, agite para mezclar y deje que se enfríe a temperatura ambiente.
- Algunas fórmulas especiales y metabólicas (diseñadas para bebés con necesidades especiales de nutrición) incluyen advertencias en la etiqueta contra el calentarlas a una temperatura de más de 100 °F, ya que puede provocar una pérdida de vitaminas y nutrientes. Siga las instrucciones de la etiqueta para fórmulas especiales.

Almacenamiento: utilice la leche preparada en un plazo de 2 horas. Si no se usa inmediatamente, guarde el biberón en el refrigerador y utilícelo antes de 24 horas.

Calentamiento: no es necesario calentar la leche. Si la prefiere tibia, la mejor manera es colocar el biberón en una olla con agua y calentarla en la estufa hasta que esté tibia (temperatura ambiente). Nunca utilice el microondas, ya que puede permitir que el biberón permanezca frío mientras se forman puntos calientes en la leche que pueden quemar la boca del bebé. Antes de dar el biberón, compruebe la temperatura de la leche poniéndose unas gotas en la muñeca. La leche debe sentirse tibia, no caliente.

Después de alimentar al bebé: deseche la leche que quedo en el biberón, ya que contiene la saliva del bebé, y puede provocar la proliferación de bacterias.

Almacenamiento de la leche de fórmula infantil en polvo abierta: los envases de la fórmula deben tener información sobre cómo almacenarla antes y después de abrirla. También deben indicar cómo almacenarla y cuándo desechar la leche preparada. Siga las instrucciones de la etiqueta. Una vez abierto, el envase de la fórmula en polvo debe utilizarse normalmente en un plazo de un mes. Escriba la fecha de apertura en la tapa. Con la tapa bien cerrada, coloque el envase en un lugar fresco y seco, no en el refrigerador. No congelar.

Fecha de caducidad: las normas de la FDA exigen una fecha de caducidad en todos los envases de la fórmula. El fabricante solo puede garantizar el contenido de nutrientes y la calidad de la fórmula hasta la fecha de caducidad.