DIVISION OF AGRICULTURE
RESEARCH & EXTENSION
University of Arkansas System

Ciencias de la Familia y el Consumidor

FSFCS149SP

Cuestiones Importantes Sobre la Fórmula Para Bebés Durante Cortes de Agua

Christine Sasse, MS, RD, LD
Especialista en Nutrición

Introducción

Las interrupciones en el suministro de agua residencial representan un problema para los bebés que dependen de la leche de fórmula. En algunos casos, puede ser necesario cambiar a otro tipo de fórmula que no requiera agregar agua. Las instrucciones de preparación y conservación dependen del tipo de fórmula.

Fórmula Lista Para Usar

La fórmula para bebés viene de tres tipos: en polvo, líquida concentrada o líquida lista para usar (RTU, en inglés). Si se interrumpe el suministro de agua, la fórmula RTU es la mejor opción, ya que no es necesario agregar agua al producto. La fórmula RTU suele venderse en tarros de plástico de 32 onzas, aunque el tamaño del tarro puede variar según la marca. Esta cantidad suele alcanzar para un día de biberones individuales para un bebé, aunque la cantidad que consume el bebé puede variar mucho según su edad, tamaño, afecciones médicas y otros factores. Una vez abierta, la leche de fórmula RTU debe refrigerarse y usarse dentro de 48 horas. Las principales desventajas de la fórmula RTU es que requiere refrigeración, es más cara que la fórmula en polvo y no siempre hay suficiente cantidad en los supermercados. Si no tiene cómo refrigerar, puede comprar biberones ya preparados con tomas individualesde RTU (nursettes). Cada nursette suele contener de 2 a 4 onzas de fórmula RTU para una sola toma. Hay muy pocas fórmulas que vienen en nursettes, pero los médicos pueden proporcionar muestras de nursettes. Cuando use nursettes de RTU, tire cualquier resto de fórmula que quede en el biberón antes de que pase una hora de terminada la toma.

Arkansas es Nuestro Campus

Visite nuestro sitio web:
https://www.uaex.uada.edu

Fórmula en Polvo

Si no consigue fórmula RTU o no puede pagarla, consulte otras opciones al pediatra. Se puede usar agua embotellada normal para preparar fórmula con fórmula para bebés en polvo. No es necesario usar agua purificada (nursery). El agua embotellada de una fuente segura sí debe esterilizarse hirviéndola. Sin embargo, también puede ser necesario hervir el agua embotellada por otros motivos. Los bebés menores de 2 meses, prematuros o con sistemas inmunitarios debilitados que tengan que tomar fórmula en polvo deben tomar fórmula que haya sido calentada con agua a suficiente temperatura (alrededor de 158˚F) para matar las bacterias. Vierta el agua embotellada en una olla limpia y hiérvala durante 1 o 2 minutos. Deje enfriar el agua solo 5 minutos y mézclela con la fórmula en polvo. Después de mezclarla, es importante dejar que se enfríe a la temperatura corporal para evitar quemar la boca del bebé. Una forma de enfriar la botella rápidamente es colocarla en un baño de hielo o pasar la botella tapada por agua fría. Tírese unas gotas en el interior de la muñeca para comprobar la temperatura.

Liquid Concentrate Formula

Las fórmulas líquidas concentradas deben mezclarse con una fuente de agua segura, de acuerdo con las instrucciones del fabricante, antes de dárselas al bebé. La mayoría de las fórmulas concentradas están pensadas para mezclarse en una proporción de 1 a 1 de agua y fórmula. Una ventaja de la fórmula concentrada es que no es necesario esterilizar el agua como con la fórmula en polvo. Sin embargo, dado que requiere una fuente de agua segura, la RTU es mejor opción en caso de corte del servicio de agua, si puede conseguirla. Como el envase abierto y la fórmula preparada deben refrigerarse, la líquida concentrada solo sirve si se cuenta con refrigeración.

Restablecimiento del Servicio de Agua

Una vez que se restablezca el servicio de agua, es posible que el agua no sea segura para usar y se emita una orden para hervirla. Los cuidadores de bebés menores de 2 meses, prematuros o con sistemas inmunitarios debilitados deben seguir usando agua embotellada si se emite una orden para hervir el agua corriente. La mayoría de los demás bebés pueden tomar fórmula en polvo mezclada con agua hervida aproximadamente 1 minuto para matar las bacterias. No hierva el agua más de 5 minutos, ya que esto aumenta la concentración de cualquier contaminante que pueda haber en el agua.

References:

Indicaciones de preparación y almacenamiento de fórmula para bebés de los CDC.Obtenido el 26 de enero de 2024 de. https://www.cdc.gov/nutrition/infantandtoddler-nutrition/formula-feeding/infant-formula- preparation-and-storage.html.

Infección por Cronobacter en bebés, artículo de los CDC.Obtenido el 26 de enero de 2024 de. https://www.cdc.gov/cronobacter/infection-and-infants.html.

Servicio de Alimentación y Nutrición del Departamento de Agricultura de los EE.UU. Supervisión de los requisitos de compra de fórmula para bebés en WIC. Obtenido el 30 de enero de 2024 de. https://www.fns.usda.gov/wic/oversight-infant-formula-purchase-requirements.

Healthychildren.org. Cómo preparar fórmula para bebés con agua de forma segura. Obtenido el 30 de enero de 2024 de. https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/formula-feeding/Pages/how-to-safely- prepare-formula-with-water.aspx.

CHRISTINE SASSE es especialista en nutrición de Ciencias de la Familia y del Consumidor, parte de Extensión Cooperativa de la División de Agricultura del Sistema de la Universidad de Arkansas en Little Rock.

De conformidad con 7 CFR § 15.3, la División de Agricultura del Sistema de la Universidad de Arkansas ofrece todos sus programas y servicios de Extensión e Investigación (incluido el empleo) sin distinción de raza, color, sexo, origen nacional, religión, edad, discapacidad, estado civil o de veterano, información genética, preferencia sexual, embarazo o cualquier otro estado legalmente protegido, y es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

FSFCS149SP-PD-2-2024