

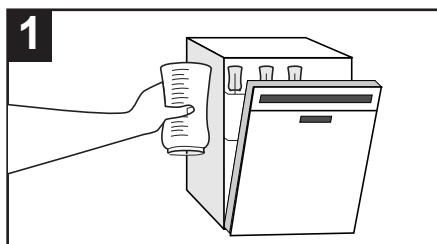
Preparación de la Fórmula para Bebés Lista para Usar O Líquida Concentrada

Antes de comenzar

- Mire la fecha de la lata. Dirá “Usar preferiblemente antes de” o “Usar antes de.” Después de esa fecha, no utilice la fórmula.
- Conserve las latas sin abrir a temperatura ambiente.
- Lávese las manos con jabón y agua tibia.
- Limpie la superficie de trabajo.
- Lave la parte superior de la lata.
- Agite bien la lata.
- Pregunte a su médico si debe hervir el agua del grifo antes de preparar la fórmula. Pregunte si debe usar agua embotellada.

Cuando termine Almacenamiento de la fórmula lista para usar o líquida concentrada:

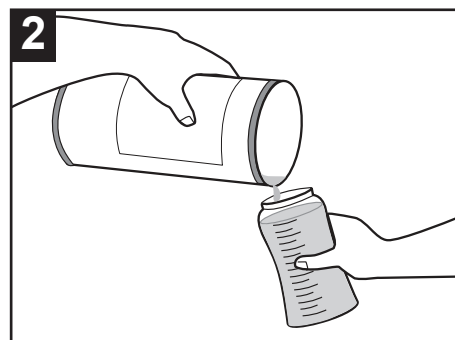
- Asegúrese de que las tapas estén bien ajustadas.
- Refrigere la fórmula sin usar en el envase original y utilícela en un plazo máximo de 48 horas.



1 Lave los biberones

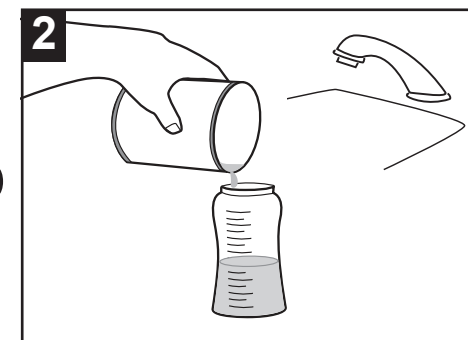
Lave todos los biberones y sus piezas en el lavavajillas usando el ciclo completo, **O BIEN** siga estos pasos:

1. Lave en agua caliente con jabón. Enjuague bien.
2. Coloque el biberón y las piezas que lavó en una cacerola y cúbralas con agua. Lleve al punto de ebullición y hierva durante 5 minutos.
3. Retire la cacerola del fuego. Saque los biberones y las piezas de la cacerola. Colóquelas en una superficie limpia para dejar secar al aire.



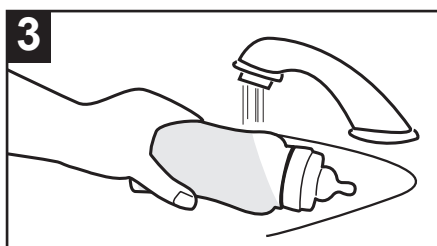
2 Fórmula lista para usar

- Agite la lata antes de abrirla.
- Vierta la fórmula en un biberón limpio.
- No agregue agua.



2 Fórmula líquida concentrada

- Agite la lata antes de abrirla.
- Mezcle la fórmula líquida concentrada con una cantidad igual de agua fría:
 - Utilice las medidas de onzas del biberón. Por ejemplo, mida 4 onzas de fórmula en un biberón limpio y agregue 4 onzas de agua fría del grifo.
- Agite bien el biberón.



3 No es necesario calentar la fórmula

- Si elige calentar la fórmula:
 - Coloque el biberón con la fórmula debajo del grifo de agua tibia o colóquelo en un tazón de agua tibia (no hirviendo).

No lo caliente en el microondas.

Esto puede provocar que se caliente de manera desigual y puede quemar la boca de su bebé.



4 Siempre pruebe el biberón antes de la alimentación

- Rocíe algunas gotas de fórmula en la parte interior de su muñeca. No debe estar caliente.
- Alimente a su bebé inmediatamente después de la preparación.
- Luego de la alimentación, deseché siempre la fórmula que queda en el biberón. Durante la alimentación, se mezclan las bacterias de la boca de su bebé con la fórmula.



5 Refrigeración de biberones con fórmula

- Prepare solo lo suficiente para una alimentación o, a lo sumo, solo lo suficiente para 48 horas.
- Cubra cada biberón con su respectiva tapa. Refrigere hasta que se use ese día.
- No deje la fórmula preparada a temperatura ambiente. No la congele.

Esta institución es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades. **El Programa de Nutrición WIC del estado de Washington no discrimina.**

Las personas con discapacidades, está disponible a su pedido en otros formatos. Para hacer su pedido, llame al 1-800-841-1410 (TDD/TTY llame al 711).