

Preparação de biberões

Como proceder?

Lave as mãos e prepare o material:

- Água da torneira, de preferência, ou água engarrafada sem gás que seja recomendada para o biberão. Não mantenha uma garrafa aberta durante mais de um dia
- A lata de leite em pó com a colher de medida incluída na embalagem (não utilizar uma colher de outra marca de leite)
- Um biberão, uma tetina, uma rosca e uma tampa de proteção do biberão, tudo muito limpo

Encha o biberão até ao nível desejado com água fria da torneira. A seguir, aqueça até à temperatura de consumo (37°C) (no aquecedor de biberões, panela). É preferível usar água da torneira e não da garrafa. Acrescentar o número necessário de medidas rasas de leite em pó. Consultar o folheto informativo da embalagem. Feche o biberão e misture, fazendo movimentos rotativos entre as suas mãos até à dissolução completa, sem agitar o leite.



Verifique a temperatura do leite, deixando cair algumas gotas no interior do pulso. A sensação deve ser agradável, nem quente nem fria. Se quiser pode:

- Retirar a tetina
- Misturar bem os líquidos
- Verificar sempre a temperatura antes de dar o leite ao bebé para evitar o risco de queimaduras.

O leite aquecido até aos 60°C retém todo o seu valor nutricional. Para aumentar a quantidade de leite por refeição, espere que o bebé termine os biberões e/ou peça sistematicamente mais depois da mamada.



Reconstituir corretamente o leite em pó é muito importante para a boa saúde do seu bebé

- Se tiver pouca água: o pó dissolve-se com dificuldade, o leite fica demasiado espesso, sendo difícil de engolir e digerir
- Se tiver demasiada água: o leite não é suficientemente nutritivo
- Antes de mudar de leite, fale com o seu pediatra, com a enfermeira da primeira infância ou com a parteira



Como lavar os biberões?

1. Desmonte todas as partes do biberão: o biberão, o anel de aperto, a tetina, a tampa
2. Lave-os com detergente da loiça, prestando especial atenção às roscas
3. Passe abundantemente por água e deixe secar



Como dar medicamentos ao bebé?

- Deitar um pouco de leite numa colher de chá ou na tetina
- Juntar os medicamentos
- Misturar bem
- Pôr a colher ou a tetina na boca do seu bebé
- Deixe escorrer o leite e os medicamentos para dentro da boca do bebé

Importante

- É melhor dar os medicamentos antes do biberão
- Preparar os biberões à medida que o bebé vai precisando deles
- Verificar sempre a temperatura do leite antes de dar o biberão
- Não reaquecer o leite e deitar fora o leite que sobrou da mamada!
- Para evitar qualquer contaminação, evite colocar tetinas e chupetas na sua boca antes de as dar ao bebé
- Evitar aquecer recipientes de plástico



Programme cantonal de promotion de la santé et de prévention primaire enfants (0-4 ans) - parents



Section VD Ne Ju
Fédération Suisse de Sages-femmes

