



## **Consigli per la preparazione del latte formulato**

Le informazioni che seguono sostengono un'alimentazione in sicurezza per il vostro bambino con il latte formulato.

I latti in polvere non sono sterili. Possono essere contaminati da agenti batterici provenienti dall'ambiente esterno e conseguenti a norme igieniche non adeguate. Eccezionalmente, circa 40 casi in vent'anni, questa non sterilità, che è dovuta ad agenti patogeni presenti direttamente nella polvere (*Enterobacter Sakazakii*), ha dato luogo ad effetti avversi molto rilevanti.

Qualora sia necessaria la somministrazione al tuo piccolo di latte formulato, è importante seguire con attenzione le seguenti indicazioni per la preparazione del latte.

Il latte può essere preparato con l'acqua del rubinetto oppure con acqua oligominerale.

1. Pulire e disinfettare la superficie di lavoro
2. Lavarsi le mani con acqua e sapone poi asciugarle,

### **Durata della procedura: 40-60 secondi**



3. versare l'acqua in un contenitore ben pulito,
4. Fate bollire l'acqua e poi lasciatela raffreddare così che l'acqua sia ad una temperatura di oltre i 70° (almeno fino a quando l'acqua fuma). Anche se usate acqua di bottiglia dovete farla bollire;
5. mettere in un biberon sterilizzato la quantità di acqua necessaria per sciogliere la polvere;
6. aggiungere un misurino di polvere ogni 30 cc di acqua, quando l'acqua è ancora calda (oltre i 70°)
7. chiudere il biberon tenendo per il bordo la tettarella,



8. coprite la tettarella con il cappuccio e agitare bene il contenuto fino a quando la polvere non sarà sciolta,
9. raffreddare rapidamente il latte mettendo il biberon sotto il getto del rubinetto dell'acqua fredda,
10. controllare la temperatura facendo cadere qualche goccia di latte sul dorso della mano: deve risultare tiepida,
11. eliminare il contenuto se non è stato consumato entro due ore a temperatura ambiente.

Tutti i bambini apprezzano il contatto visivo e coccole, offrite al vostro bambino un contatto corporeo. Sedetevi in una posizione comoda e prendete in braccio il bambino tenendolo vicino al vostro corpo in modo che possa guardarvi negli occhi: aiuta il bambino a sentirsi sicuro e amato.

All'inizio del pasto stimolate le labbra del bambino con il dito o con la tettarella e aspettate che sia il bambino a prenderla, non mettetegliela in bocca a forza.

Rispettate i suoi segnali di sazietà e non insistete affinché finisca il latte.

Il bambino può essere nutrito a richiesta, capirà così la sensazione di fame e di sazietà ed imparerà a regolare il suo bisogno di alimentarsi.