

Dott. Antonio Pala

Pediatra di Libera Scelta - ASL Sulcis

Specialista in Pediatria: studi Santadi e Giba

Indicazioni operative per preparare in sicurezza il latte di formula

Ricordarsi di preparare una singola poppata per volta:

- ❖ lavare le mani con acqua e sapone e poi asciugarle;
- ❖ preparare la quantità necessaria di latte ad ogni pasto, assicurandosi della pulizia sia del luogo di preparazione che degli utensili;
- ❖ usare biberon e tettarelle sterili;
- ❖ buttare il latte (avanzato nel biberon), sia ricostituito da polvere che liquido;
- ❖ lavare subito biberon e tettarella con detergente per stoviglie.

Preparazione del latte liquido

- Il latte artificiale liquido deve essere utilizzato e conservato seguendo le indicazioni del produttore.
- Il latte liquido **non deve** essere bollito.
- Conservare la confezione, una volta aperta, in frigorifero per i tempi indicati, comunque non oltre le 24 ore.

Preparazione del latte in polvere

- scaldare l'acqua ad una temperatura $>70^{\circ}\text{C}$;
- versare nel biberon sterilizzato la quantità di acqua necessaria per sciogliere la polvere, controllando che il livello sia corretto;
- aggiungere l'esatta quantità di polvere indicata dalla famiglia/ pediatra. Non bisogna mai aggiungere una quantità diversa (in più o in meno) da quella indicata;
- mettere sempre per prima l'acqua nel biberon, quando è ancora calda (70°C), poi aggiungere la polvere.
- utilizzare per il latte solo il misurino contenuto nella confezione; i misurini devono essere rasi (pareggiare il livello senza pressare);
- tenere per il bordo la tettarella, appoggiarla sul biberon e avvitare la ghiera. Coprire la tettarella con il cappuccio e agitare bene il contenuto fino a quando la polvere non si sarà sciolta;
- per evitare ustioni al bambino, è importante raffreddare il latte, mettendo il biberon sotto l'acqua corrente, evitando che la stessa tocchi la tettarella.
- controllare la temperatura del latte (deve essere tiepido) facendone cadere un po' sulla parte interna del polso.
- se il bambino non finisce il biberon, gettare il latte avanzato.
- il latte in polvere ricostituito si conserva a temperatura ambiente entro le 2 ore ed in frigorifero per 24 ore