

MANA Northwest Arkansas Pediatric Clinic

Manual para Raci3n Nacidos



**Northwest Arkansas
Pediatric Clinic, P.A.**

A MANA Clinic



**Northwest Arkansas
Pediatric Clinic, P.A.**

A MANA Clinic

***Pediatría General
Consultantes de Lactación
Cuidado de Bien Estar de Niños y
Cuidado Urgente
Medicina Adolescente***

Horario de Oficina:
8:00 a.m. to 5:00 p.m., Monday-Friday
(479) 442-7322

Horario después de horas de trabajo:
8 a.m. to 8 p.m., Monday - Friday
8 a.m. to Noon Saturday
(479) 443-3471

3380 North Futrall , Suite 1
Fayetteville, AR 72703

Un mapa es provisto al final de el libro.

www.nwapeds.com

Terry S. Payton, M.D.
Joe T. Robinson, M.D.
C. David Jackson, M.D.
Charles S. Ball, M.D.
Tim Grear, M.D.
Meredith L. Mahan, M.D.
Stacy Furlow, M.D.
Laureen L. Benafield, M.D.
Sara A. Myers, MD
Brentley J. Silvey, MD
James S. Swindle, MD
John P. Simmons, MD
Allison Scott, APN

Pediatra Hospitalists

David L. Smith, M.D.
Sean M. Livingston, MD
Orrin J. Davis, MD



mana

medical associates

Your Health. Our Priority.

Contents

<i>Programando la Primera Cita de su Bebé.....</i>	1
<i>Cuidado Urgente y Emergencias.....</i>	1
<i>Conociendo a Su Bebé.....</i>	1-2
<i>Cuidado Medico de Su Bebé.....</i>	2
Cuando Debe Contactar a la Oficina de su Pediatra	2
<i>Seguridad para su Bebé</i>	2-3
<i>Dando Comodidad a su Bebé</i>	3
<i>Cuidando de su Cordón Umbilical y Circuncisión</i>	4
<i>Bañando a su Recién Nacido</i>	4
Cortándole las Uñas a su Bebé	4
<i>Practica de Pañales y Evacuaciones Sanas</i>	5
<i>Alimentando</i>	6
Tipos de Alimentaciones	6
<i>Amamantando</i>	6
Primero: Relajación	7
Posiciones de el Bebé	7
Prendiendo al Bebé al el Pecho	8
Mas Ayuda para Amamantar	8
<i>Eructando</i>	9
<i>Desarrollando un Horario para Alimentación</i>	9
<i>Alimentación Suplementaria</i>	9
Alimentación de Biberón con Leche Materna Extraída	9-10
<i>Lista de Revisión para Suplir Leche Adecuada</i>	10
<i>La Salud de una Madre que Amamanta</i>	11
<i>Alimentando Fórmula con Biberón.....</i>	12
Escogiendo la Fórmula Correcta.....	12
Alistando el Biberón	12
Precauciones para Personas que Usan Agua de Pozo	12-13
Preparando Fórmula en Líquido Concentrado	13
Preparando Fórmula en Polvo Concentrado	13-14
<i>MAPA</i>	15
<i>Nota: Directorio Telefónico de NWAPC esta dentro de la portada atrás de el libro.</i>	

Programando La Primera Cita de su Bebé

Como rutina hacemos la primera cita de su bebé a las 2 semanas de edad. Usted necesita llamar a programar la primera cita de su bebé en cuanto regresa a su casa de el hospital. Hay dos maneras de hacer una cita en la clínica NWA Pediatric.

1) Por Teléfono (479) 442-7322

Alguien se encontrará en nuestra oficina en la semana de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. Lunes a Viernes y de 8:00 a.m. a 12:00 p.m.

2) Someta su cita por solicitud en-línea en www.nwapeds.com

Usted puede someter su solicitud 24 horas al día, 7 días a la semana. Solicitudes para citas serán contestadas entre las 7 a.m. y 4 p.m. de Lunes a Viernes.

Si tiene alguna pregunta sobre su bebé antes de su cita, por favor no se detenga para llamar a nuestra oficina.

Necesidades para Cuidado Urgente

Si llegará a surgir una necesidad de atención urgente, por favor llame a nuestro número de atención urgente, **(479) 442-7322**. Cuando la clínica esté cerrada, las llamadas serán contestadas por nuestro servicio de contestación, Kids Care, un afiliado de el Arkansas Children's Hospital, y les puede contactar por llamar al **(501) 463-1000**. Debe estar preparado para dejar su nombre, el nombre de el niño, y el número al cual de pueden llamar y su llamada será regresada en cuanto posible. Si su llamada no le es contestada en un tiempo razonable, por favor intente de nuevo. **Si se encuentra usted con una real emergencia médica LLAME 911.**

Conociendo a su Bebé

A veces, nuevos padres pueden estar inseguros de si mismos. Mientras su bebé sea bien alimentado, amado, y esté cómodo, usted no necesita preocuparse de que es usted un padre sin experiencia.

Su bebé es un individual desde el día en que nació. Y como los padres, la personas con los que son mas envueltos estará, llegarán a conocer a su bebé mejor que nadie. ¡Confíe en sí

mismo! No tome tan enserio los consejos de amigos y parientes. Solamente tratan de hacer un bien.

Todos los bebés estornudan, eructan, bostezan, tosen, lloran, tienen hipo, y se ponen molestos. Estos son comportamientos normales. El estornudo es la única manera de que los bebés pueden limpiarse la nariz. Hipo usualmente puede pararse con unos tragos de agua tibia. El llanto es la única manera de comunicación. Gradualmente usted aprenderá a distinguir lo que significa el llanto de su bebé.

Cuidado Medico de su Bebé

Su bebé debe tener exámenes médicos regularmente, aunque se vea bien el bebé. Estas visitas nos darán la oportunidad de revisar el crecimiento de su bebé y desarrollo y platicar con usted de el cuidado de su bebé. También le daremos las vacunas a su bebé periódicamente para protegerle contra enfermedades en su niñez.

Cuando Debe Contactar a la Oficina de su Pediatra: Si su infante tiene cualquier de las siguientes señales de enfermedad, usted deberá contactar a la oficina de su pediatra.

1. Una temperatura rectal de 101° F o más en un niño de más de 2 meses de edad.
2. Rehúso de alimentos o vómito repetidamente (no simplemente sacándolo).
3. Llanto en excesivo sin ninguna causa obvia.
4. Desganado, con sueño en excesivo.
5. Evacuaciones de excremento en líquido frecuentes con mucosidad, sangre, u olor pestilente.
6. Cualquier rozadura o ronchas inusuales.
7. Menos pañales mojados que lo usual.

Seguridad para su Bebé

- **Siempre use la silla de carro para infante** Empezando con su primer viaje a casa de el hospital, usted deberá siempre usar el porta-bebe cuando lleve a su bebe por paseos. Infantes son más seguros en el asiento trasero y nunca deberán ir donde se pueda exponer una bolsa de aire. Un bebé puede ser seriamente lastimado en un alto repentino si se encuentra en los brazos de un pasajero en vez de estar seguramente asegurado en el asiento de carro de infante.

- **Nunca deje a su bebé en un lugar alto** Nunca deje a su bebé solo en una silla, mesa de cambio o cualquier otro lugar alto donde se pueda caer.
- **Durmiendo seguramente** Esté seguro de que las tablillas de la cuna y corral no sean más de 2 3/8 pulgadas aparte, para que no le sea posible a la cabecita de su bebé que se atore. El colchón debe ser firme, plano, y que entre ajustado en los cuatro lados. No ponga en la cuna almohadas o juguetes en los cuales su bebé se pueda enredar.
- **Aleje objetos pequeños de el alcance se su bebé** Aleje objetos pequeños como botones y seguros de el alcance de su bebé para no darle tentación de levantarlos y tragárselos.
- **Use crema protectora de sol** La piel delicada de un bebé se puede quemar muy fácilmente. Cuando lleve a su bebé afuera, deberá proteger de los rayos calientes de el sol. Si se va encontrar en áreas expuestas al sol por más de 15 minutos, una crema protectora de sol es recomendada después de que su bebé cumpla 6 meses de edad.
- **No fume alrededor de su bebé** Fumando cigarrillos mientras alimenta a su bebé o juega con él puede ser muy peligroso y dañino para su bebé. Nadie deberá fumar en su casa o el carro alrededor de su bebé.
- **No detenga a su bebé mientras cocina** Comidas calientes le pueden salpicar en su bebé, o puede que toque los sartenes o ollas calientes con su contenido.

Dando Comodidad a su Bebé

Temperatura de Cuarto: Procure mantener una temperatura cómoda en el cuarto de su bebé. Ventanas pueden ser abiertas en climas tibios, provisto que su bebé no le dé directamente el aire y la temperatura de el cuarto no caiga a menos de 68°F.

Cuna: Cubra el colchón con un cubre colchón de resistencia al agua, acolchonado, y una sábana suave. No use una almohada. El bebé puede soportarse en su lado, y puede dejarse

dormido boca arriba. Nunca ponga al infante en la cuna boca abajo.

Vestidura: Un bebé no requiere más ropa que un adulto. Vista a su bebé de acuerdo a la temperatura. Algunos bebés son alérgicos a materiales, vigile por rozaduras o sarpullido en áreas que estén en contacto con sus vestiduras.

Al Aire Libre: Usted puede llevar a su bebé afuera en buen clima. Los bebés que nacen el clima tibio pueden ser paseados seguramente después de 2 semanas de edad. Usted deberá evitar de llevar a su bebé a guarderías o centros donde cuidan a niños en los primeros 2 meses de vida.

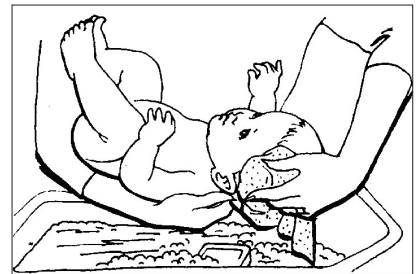
Cuidando de su Cordón Umbilical y Circuncisión

El cordón umbilical se le caerá en pocas semanas. Usted deberá de limpiar el cordón umbilical con alcohol a un máximo de una o dos veces diariamente. Ocasionalmente unas pocas gotas de sangre aparecerán cuando el cordón se le cae, pero si sigue sangrando por varias horas, por favor llámenos. Si su bebé fue circuncidado, vigile por si se hincha o sangra. Limpie el pene con agua solamente.

Bañando a su Recién Nacido

Es una buena idea el tener un tiempo regular para bañar a su bebé. Su cuarto debe estar tibio, sin aire. Guarde sus artículos de baño juntos para que se salve de tiempo.

Bañe su bebé y use una esponja hasta que se cure el pene y ombligo, si tuvo una circuncisión, y se ha curado. Luego puede bañar a su bebé en la tina pequeña con 3 pulgadas de agua tibia cómodamente. Revise la temperatura del agua con su codo.



Bañe la cara de su bebé con agua tibia y una toallita suave; no use jabón. Para limpiarle alrededor de sus ojos, use un algodón sumergido en agua fresca. Límpiele de enfrente hacia atrás, para que no le caiga el jabón en los ojos de el bebé. Límpiele cuidadosamente sobre las áreas suaves de la cabecita de su bebé.

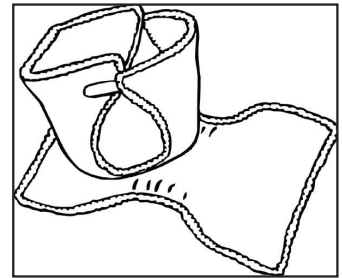
Use un jabón suave para lavar el cuerpo de su bebé. Asegurase de lavar entre las áreas donde dobla su piel. Enjuague bien, luego seque bien a su bebé a palmeaditas con la toalla. No use polvo después de su baño, porque el bebé puede inhalar el polvo y tener problemas de respirar. Si su piel está muy seca, usted deberá usar poca loción para bebé después de su baño.

Cortándole las Uñas a su Bebé

Cortándole las uñas a su bebé con un corta uñas. Esto lo puede hacer varias veces a la semana si es necesario. Algunas madres dicen que esto es más fácil de hacer cuando su bebé duerme.

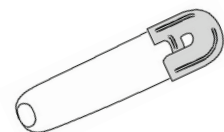
Práctica de Pañales y Evacuaciones Sanas

Usted deberá cambiar el pañal de su bebé en cuanto posible después de cada evacuación o cuando esté mojado. Limpie el área del pañal y limpie suavemente con un algodón mojado con agua.



Una de las enfermedades más comunes entre los infantes y niños pequeños es la diarrea. Excrementos de recién nacidos puede variar considerable en tamaño, color, consistencia, y frecuencia. Un bebé puede tener varios excrementos diariamente, o ninguno por unos días. Evacuaciones pueden ser amarillo, café, verde, y pueden ser firmes, suaves, o pegajoso. Todas estas maneras son normales.

Usualmente, diarrea dura solamente unos cuantos días y puede ser controlado en casa. Durante periodos de diarrea, alimentaciones regulares deben ser remplazados con líquidos especiales que contengan nutrientes especiales (electrolitos) en cantidades similares a las evacuaciones. Sugerimos que compre Infalyte o Pedialyte para que lo tenga a la mano si lo necesita. Llámenos por instrucciones si su bebé tiene diarrea por más de un día, especialmente si está acompañando por vómito o fiebre.



Alimentado

Alimentando es uno de las experiencias más placenteras. Al tiempo de alimentar, el bebé recibe nutrición de comida y siente seguridad de padres con cuidado amoroso. La comida ayuda a su bebé crecer saludable y fuerte. El amor de los padres empieza con el desarrollo de su bebé con una personalidad segura y estable.

Los dos usted y su bebé deben estar cómodos al tiempo de comer. Escoja una posición que le ayudará a relajarse mientras alimenta a su bebé. Para la comodidad de su bebé, esté seguro que esté calentito y seco.

Por si está amamantando o dando biberón detenga a su bebé cerca de usted. La cabeza de su bebé debe estar alzada un poco y debe descansar en el dobléz de su codo.

Tipos de Alimentaciones

Leche de pecho es la mejor alimentación para su bebé. Si tiene alguna pregunta o preocupación sobre amamantar, por favor llame a nuestra consultante de lactancia, Allison Scout, APN al **(479) 571-7184**.



Si decide no dar pecho, la fórmula para infantes preparada comercialmente es recomendada. Leche de pecho o fórmula es la única comida que su bebé necesita para los primeros 4 a 6 meses de vida. La leche de vaca que la demás de la familia toma no deberá ser alimentada a su bebé hasta después de su primer año de vida. No es de fuente apropiada de nutrición para su bebé.

Amamantando

Amamantar provee a su bebé con buena nutrición y ayuda a desarrollar una unión entre usted y su bebé. Leche materna también contiene anticuerpos (substancias que ayudan proteger a su bebé contra algunas enfermedades). Bebés alimentados con leche humana tienden a tener menos condiciones alérgicas (tales como eczema y asma), infecciones de oídos, hospitalizaciones que los otros bebés a quienes se les a alimentado con fórmula o otras leches. Leche de pecho también puede proveer alguna protección de el Síndrome de Muerte Repentina de Infantes (Sudden Infant Death Síndrome - SIDS).

Amamantar no pasa por instinto como en los animales. La madre debe entender el proceso para tener éxito. Las siguientes sugerencias le podrán ayudar.

Primero: Relajación

Amamantar da un sentir de calor, unión, y placer a los dos a usted y su bebé. Procure estar lo más relajada posible. Si está usted tensa y nerviosa, esto interfiere con el “bajar-de-leche” y el hacer fluir la leche. Seleccione un asiento cómodo o acuéstese si prefiere. Acueste a su bebé en el dobles de su brazo.

Posiciones de el Bebé



Posición de cuna

1-2 almohadas en su regazo.

La cabeza del bebé a lo largo del brazo de la madre.

El bebé acostado en su lado, pecho-a-pecho o pancita-a-pancita con la mamá.



Posición de estrecho al brazo

1-2 almohadas en su regazo.

La cabeza y nuca de el bebé sostenido por la mano de la mamá con el brazo sosteniendo la parte superior de el cuerpo del bebé detenido contra su lado.



Acostado

La mamá acostada en su lado con almohadas sosteniendo su espalda y la pierna de arriba doblada hacia enfrente.

El bebé de un lado, paralelo con el cuerpo de la mamá.

Prendiendo al Bebé al el Pecho

1. Detenga su pecho con sus dedos, debajo y de su dedo gordo por encima guardando los dedos y dedo gordo por detrás de la parte oscura de el pezón.



2. Haga cosquilla a el labio de abajo de su bebé con su pezón hasta que habrá toda la boca. Sea paciente por una boca bien abierta como un bostezo y luego rápidamente jale al bebé a su pecho.



3. La nariz y barbilla de su bebé debe tocar su pecho. Los dos labios de su bebé deben resaltar hacia fuera.

4. Quiebre la succión con su dedo antes de quitar al bebé de su pecho.

La mayoría de problemas de amamantar pueden ser prevenidas o aliviadas por dar pecho frecuentemente con apropiadamente prendiendo y posicionando.

Mas Pistas para Amamantar

Al principio, deje que su bebé amamante de los dos pechos en cada alimentación. La succión durante amamantar estimula el suplir la leche. Para suplir la leche igual en los dos pechos, empiece con el pecho de lado opuesto en cada alimentación. (Por ejemplo, a las 8 a.m. deje al bebé comer del pecho derecho, y luego de el pecho lado izquierdo. A las 11 a.m. empiece con el pecho de lado izquierdo, y luego el lado derecho).

Su bebé puede que necesite más tiempo mamando después. Está bien si quiere mamar más tiempo aunque realmente obtiene la mayoría de la leche en los primeros 5 a 10 minutos. Cada bebé tiene su propio estilo. Un bebé puede alimentarse rápidamente y terminar de los dos pecho en 10 minutos mientras otro puede necesitar hasta 20 minutos en cada pecho.

Mamar nutritivamente sin límite (patrón de mamar-tragar-descansar) es necesario para que suba de peso. Algunos bebés solamente amamantarán de solamente un lado mientras otros necesitan amamantar de los dos. Vigile a su bebé y no el reloj.

Si tiene preguntas sobre amamantar, por favor llame a nuestra consultante de lactancia, Allison Scott, APN, a nuestra clínica de bien estar de niños.
(479) 571-7184

Eructando

El aire que su bebé traga mientras está amamantando debe sacarlo o ser eructado para prevenir dolor de estómago. Para remover el aire, sienta a su bebé en su regazo deteniendo su cabeza con su mano. Con la otra mano, suavemente dé palmaditas o sóbele la espalda. Después de que le oiga eructar, continúe alimentando al bebé. Usualmente un poquito de leche le saldrá con eructar para que se prepare ante mano tener una toallita disponible.

Desarrollando un Horario para Alimentación

Bebés a quienes se les da pecho comen mas seguido que bebés quienes comen fórmula porque la leche materna es mas fácil para los bebes de digerir. Su bebé necesita amamantar cada 1-3 horas al principio y luego por lo menos 8 veces en 24 horas. Gradualmente, su bebé le dejará saber cuando tiene hambre.

Usted debe saber si su bebé esta obteniendo una cantidad correcta de leche por su peso. La mayoría de los bebés ganan de 4 a 7 onzas por semana por los primeros 3 meses. Cualquier preocupación de este peso será reportado a su doctor. Si su bebé está obteniendo suficiente alimentación, y por lo menos tiene 4 días de nacido, el deberá tener por lo menos 6 pañales mojados y 1 o 2 de evacuación de excremento cada día. Algunos bebés que amamantan no tienen una evacuación diariamente después de tener algunas semanas de edad. Excrementos usualmente son amarillos en color y en bolitas, suave en consistencia.

Alimentación Suplementaria

Alimentación con biberón debe ser evitado durante las primeras 4 semanas. Aunque, las alimentaciones de biberón (preferible de leche materna) pueden ser sustituidas por amamantamiento cuando deba estar alejado de su bebé por un número de horas. Alimentaciones de biberón pueden ser necesarias cuando el bebé se queda con una niñera (o si gusta puede procurar ir a casas a las horas de alimentación). Su bebé puede ser alimentado leche materna o fórmula de un biberón. Doctores recomiendan que los bebés reciban leche materna por lo menos los primeros 12 meses.

Alimentación de Biberón con Leche Materna Extraída

Usted puede extraer la leche de sus pechos y dejar esa leche para alimentación de el bebé mientras usted está fuera. Cuando se extraiga la leche de sus pechos, junte toda la leche en un recipiente estéril. Luego vacié la leche en los biberones estériles de su bebé en las cantidades que su bebé usualmente toma en cada comida. Empiece con 2 a 3 onzas por

biberón para el bebé hasta 3 meses de edad. La leche materna puede ser refrigerada por más de 3 a 5 días.

Puede ser congelada en el congelador de el refrigerador por hasta 5 meses y en un congelado profundo por hasta 12 meses. Leche congelada debe ser descongelada en el refrigerador. Deseche cualquier leche que no sea usada dentro de 24 horas. No vuelva a congelar la leche descongelada. La leche de pecho no debe ser puesta en el micro-ondas. El micro-ondas puede destruir las partes de la leche que protege a su bebé de enfermedades y puede quemarle la boquita a su bebé.

Lista de Revisión para Suplir Leche Adecuada

Para el cuarto día después de el nacimiento de su bebé, revise las siguientes preguntas para ver si su bebé está obteniendo una cantidad adecuada de leche.

¿Si su bebé está orinando 5- 6 o más pañales al día?

Es más fácil determinar con pañales de trapo.

¿Si su bebé esta teniendo 2-12 evacuaciones de excremento?

Uno después de cada alimentación a 2 por día es lo normal. Después de dos meses, un bebé solamente amamanta puede pasar algunos días sin evacuaciones.

¿Puede oír a su bebé tragar?

Esto será mas obvio una vez que su leche le baje. Su leche realmente empieza 2-5 días después de su alivio.

¿Están sus pechos mas llenos antes de alimentar y mas suaves después de alimentar?

Esto será mas obvio una vez que le baje la leche.

¿Está su bebé contento después de la mayoría de alimentaciones?

¿Está aumentando de peso su bebé?

Bebés deben volver aumentar el peso de nacimiento de 10-14 días de edad y luego aumentar 4-7 onzas por semana de allí en adelante.

¿Está su bebé amamantando 8- 12 veces por día?

Si su respuesta es “no” a cualquiera de estas preguntas, procure alimentar más frecuente y no por períodos largos de tiempo. Si tiene alguna pregunta, por favor llame a nuestra Consultante de Lactación, Allison Scott, APN, al (479) 571-7184.

La Salud de una Madre que Amamanta

Nutrición

Madres que dan pecho deben tomar más calorías y proteína cada día que lo que necesitan normalmente. Comiendo una comida más cada día (como un sándwich, un pedazo de fruta, y un vaso de leche) añade más calorías para energía y proteína a su dieta. Carne, pescado, leche, y queso son todos altos en proteína. Muchas madres naturalmente pierden el peso que subieron durante su embarazo mientras amamantan.

Comiendo las comidas correctas y tomando suficiente líquidos le ayudará a mantener una buena producción de leche. Tome suficientes líquidos para mantener su orina un amarillo pálido. Cuando se siente a amamantar, es un tiempo conveniente de tomar un vaso de agua o jugo. La madre que da pecho debe mantenerse a un uso mínimo de alcohol y caféina. Continúe a tomar sus vitaminas prenatales mientras de pecho.

Menstruación

Su regla menstrual quizás no vuelva durante el tiempo que de pecho. Aunque, si no quiere embarazarse, debe preguntarle a su doctor que le recomiende un método de planificación que mejor sea para usted.

Medicamentos

Usted no debe tomar medicinas o medicamentos sin-receta mientras amamante al menos que su doctor lo ordene. Muchos medicamentos pueden irse a la producción de leche y algunas pueden afectar a su bebé. El uso de alcohol, que también es una droga, es desanimado.

Fumar

Usted debe dejar de fumar mientras esté dando pecho a su bebé. El fumar más de 10 cigarrillos por día ha demostrado disminuir la producción de leche. El fumar en el mismo cuarto que su bebé es dañino al bebé y aumenta el riesgo de tener mas gripas, problemas respiratorio, y posiblemente Síndrome de Muerte Repentina de Infantes (Sudden Infant Death Síndrome). Si tiene preguntas, hágaselas a su doctor o enfermera.

Alimentando Fórmula con Biberón

En vez de usar leche extraída, usted puede preguntarle a su doctor que fórmula es mejor para su bebé y aprender a prepararla. Es mejor no faltar de amamantar muchas veces porque sus pechos se congestionarán (llenarán), se sentirá incómoda, y su leche se le disminuirá.

PRECAUCION: No debe de dar a un infante de menos de 1 año miel. No es estéril y puede contener bacteria mala que puede causar envenenamiento a su bebé.

Escogiendo la Fórmula Correcta

La fórmula instantánea da nutrición a su bebé mucho mejor que la leche de vaca, porque está hecha especialmente para bebés. Por cierto que, aparte de la leche de pecho, la fórmula para infantes es la único otro alimento que suple las necesidades de su bebé. El doctor de su bebé, enfermera, o nutricionista conoce cual fórmula es mejor para su bebé. Si tiene alguna pregunta o problema. Busque el consejo especialmente si piensa cambiarle la fórmula.

Siempre Hable con su Pediatra Antes de Cambiar Formulas

Recuerde que la hora de alimentar no solamente es para darle la nutrición correcta, pero para abrasar, platicar suavemente, y enseñarle a su bebé que le ama. A veces los bebés tienden a ser molestosos. No quiere decir siempre que hay que cambiar la formula.

Alistando el Biberón

Empiece por lavando los biberones, chupones, argollas, y tapas en agua caliente, con agua de jabón. Use un cepillo de botellas. Saque el agua por el hoyito del chupón. Si se ve tapado use un alfiler para abrirlo. Enjuague todo bien. Si usa lavadora de platos, ponga las botellas en el trastero de hasta arriba seguramente, y lave los chupones a mano. Si tiene preguntas sobre preparando fórmula o alimentando este seguro de llamar a nuestra oficina.

Precauciones para Personas que Usan Agua de Pozo

Revise el agua de pozo antes de usarla: Agua de pozo puede contener bacteria o impurezas que al hervirlas no se pueden eliminar. Tome una muestra del agua de pozo y llévela al departamento de salud de su condado para ser examinada. Ellos le dirán si su agua está segura para usar con fórmula. Si no es, use agua destilada o agua embotellada o agua lista para usar con fórmula (Ready to Feed). Agua de pozo debe ser examinada por el contenido de florudo. Si está bajo, pregúntele a nuestra oficina durante su visita de examen sobre suplementar el florudo para niños mayores de 6 meses de edad.

Esterilice los Biberones si Tiene Agua de Pozo. Esterilice los biberones de su bebé por los primeros 4 meses de su vida. Ponga una parrilla de metal o una toalla doblada debajo de una hoyo para esterilizar. Ponga los biberones, chupones, argollas, y tapas y añada como 3 pulgadas de agua. Cubra la hoyo con la tapa y póngalo en la estufa. Hierva por 5 minutos. Luego déjelo se enfríe.

Preparando Fórmula en Líquido Concentrado



1. *Hierva el agua si tiene agua de pozo.*

Caliente suficiente agua para la fórmula hasta que hierva en una hoyo. Luego deje se enfría.

2. *Abra la lata.*

Lave la tapa de arriba de la lata de fórmula con agua y jabón.

Enjuague y séquelo. Sacuda la lata de fórmula bien. Hágale 2 hoyos arriba en la tapa con un abridor de latas.

3. *Agua y fórmula.*

Use una taza de medir para añadir la misma cantidad de agua y fórmula a los biberones esterilizados. Añada el agua hervida ya enfriada a los biberones, luego añada el líquido de fórmula concentrada. Por ejemplo, para preparar 4 onzas de fórmula, use 2 onzas de agua, con 2 onzas de fórmula en líquido concentrado.

4. *Revuelva y pruebe.*

Ponga el chupo con la argolla esterilizada (o limpia) en cada biberón. Apriete al cerrarlo y Revuelva las botellas hasta que la fórmula esté completamente batida. Antes de alimentar, pruebe la temperatura y como fluye. Revuelva a que salgan unas gotas de fórmula en su muñeca. Usted deberá sentirlo tibio, fresco, pero nunca caliente.

5. *Alimente a su bebé.*

Alimente a su bebé con la fórmula en cuanto antes. Cuando termine tire lo que no se tomo.

6. *Mantenga la fórmula fresca.*

Guarde los biberones con fórmula en la lata abierta (cubierta) en el refrigerador. Esto debe ser usado dentro de 48 horas después de revuelva.

Preparando Formula en Polvo Concentrado

1. *Hierva el agua si tiene agua de pozo.*

Caliente suficiente agua para la fórmula hasta que hierva en una hoya. Luego deje se enfría.

2. *Abra la lata.*

Lave la tapa de arriba de la lata de fórmula con agua y jabón. Enjuague y séquelo. Jale la argolla de la lata para remover la tapa. Se deberá abrir fácilmente. Salve la tapa de plástico para tapar la lata.

3. *Añada el agua.*

Añada el agua hervida ya enfriada a los biberones esterizados. (Use biberones limpios si el profesional de su cuidado de salud le dice que no es necesario esterilizarlos.) Use la cantidad que usted necesita para alimentar a su recién nacido, de 2 a 6 onzas por cada comida.

4. *Añada el polvo.*

Use una cucharada de las que están en el bote. Añada una cucharada nivelada de polvo por cada 2 onzas de líquido de agua. Para un biberón de 6 onzas de líquido, añada 3 cucharadas niveladas a 6 onzas de agua. (La cantidad revuelta será un poquito más que la cantidad de agua sola.) Cubra la lata abierta de fórmula en polvo con la tapa de plástico en sima. Guárdelo en un lugar fresco, seco, no refrigerado. La lata de fórmula en polvo permanecerá buena en este estado por 1 mes.

5. *Revuelva y pruebe.*

Ponga el chupo con la argolla esterilizada (o limpia) en cada biberón. Revuelva las botellas hasta que la fórmula esté completamente batida. Usted puede darle de comer la fórmula fresca o a la temperatura de el cuarto, pero si su bebé le gusta su fórmula tibia, pruebe la temperatura y como fluye. Bata el biberón para que salgan unas gotas de fórmula en su muñeca. Usted deberá sentirlo tibio o fresco, pero nunca caliente.

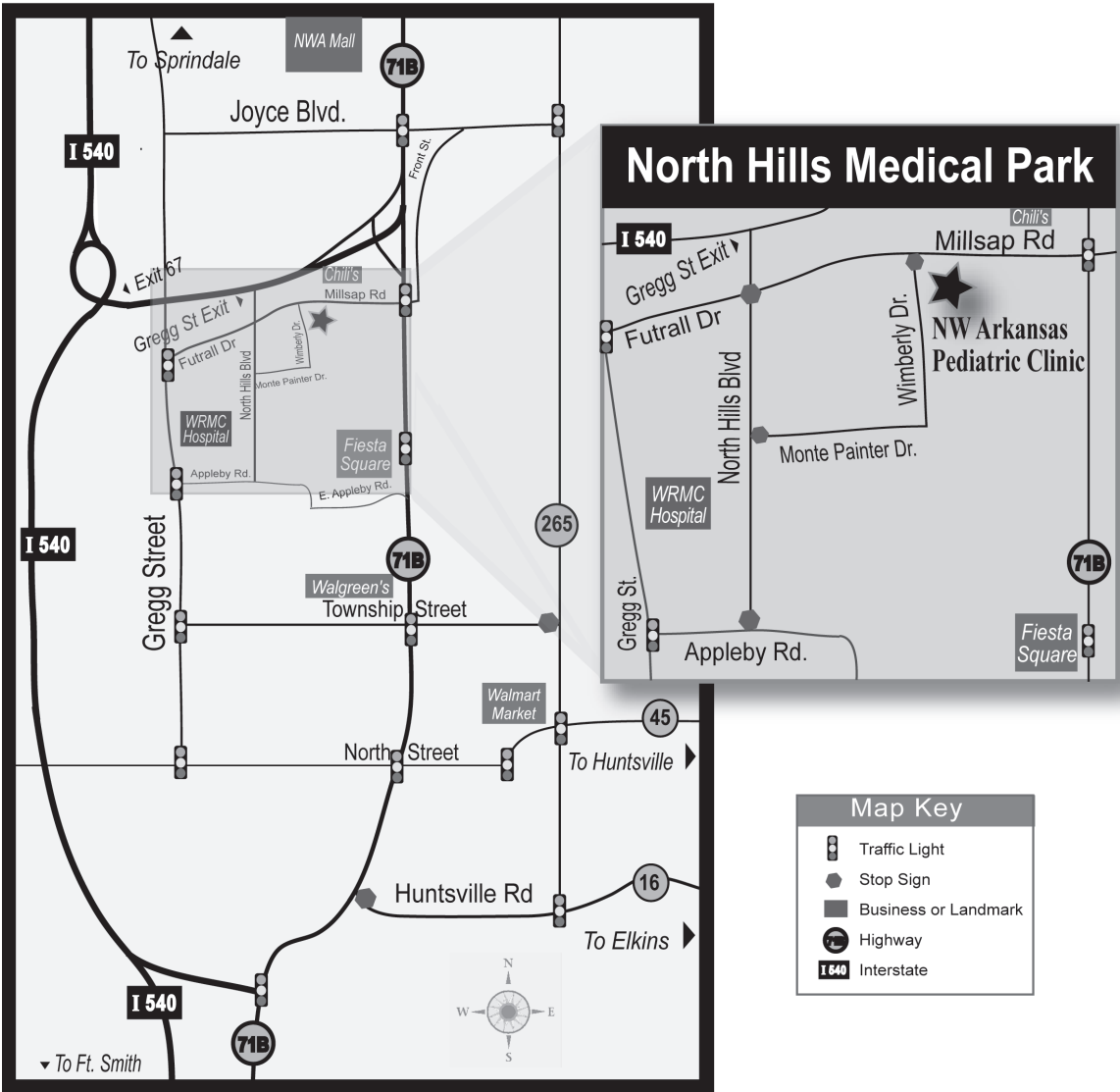
6. *Alimenta a su bebe.*

Alimente a su bebé en cuanto antes. Cuando termine tire lo que no se tomó.

7. *Mantenga la fórmula fresca.*

Guarde los biberones con fórmula en la lata abierta (cubierta) en el refrigerador. Esto debe ser usado dentro de 48 horas después de revuelva.

Mapa y Direcciones



Si está viajando en la carretera I-540, tome la salida #67 hacia el Distrito de Negocios de Fayetteville, luego tome la calle Gregg Street en la salida a North Hills Medical Park. En la parada de 4 altos de vuelta a la izquierda. NWAPC se encontrará a mano derecha.

De College/ 71B, La mejor manera de llegar de 71 es volteando al oeste en Millsap Road. Antes de voltear a Wimberty Drive, NWAPC se encontrará a mano izquierda.

Directorio Telephonico

Cuidado de Bien Estar de Niños	479-443-3471
Cuidado Urgente	479-442-7322
Después de Horas	479-713-1000
Cobros y Seguros	479-442-8104
Expedientes Médicos	479-571-7111
Referencias Médicas	479-571-7112
Consultantes de Lactación	479-571-7184

¡Salve Tiempo, Solicite en-línea!

www.nwapeds.com

Solicite Citas

Rellenar Medicamentos

Información de Paciente