

Cómo ajustar las calorías de la fórmula (con fórmula Pregestimil®)

¿Por qué es necesario ajustar las calorías de la fórmula de mi bebé?

Pregestimil® es una fórmula rica en nutrientes que se usa especialmente para los bebés que tienen alergias o que necesitan tomar una fórmula fácil de digerir. Esta fórmula normalmente contiene 20 calorías por onza, pero algunos bebés necesitan un nivel de calorías diferente para ganar la cantidad de peso debida.

¿Cómo se mezcla la fórmula?

1. Lávese las manos con agua y jabón y lave la tapa de la lata de fórmula antes de abrirla, para evitar que entren microbios en el alimento del bebé. Use utensilios para medir y recipientes limpios.
2. Deje el agua fría de grifo correr durante dos minutos antes de mezclarla con la fórmula para evitar usar el agua que estaba acumulada en las tuberías. El agua de pozo puede contener bacterias y no se recomienda su uso para mezclar la fórmula.
3. Revise la tabla que aparece al reverso. Utilice una taza transparente para medir líquidos para medir la cantidad deseada de agua y póngala sobre una superficie plana. Mire al nivel de la marca para confirmar que el nivel llega a la medida indicada.
4. Utilice solo la cucharita que viene en la lata o las tazas para medir ingredientes secos. La medida debe ser **apretada** y al ras.
5. Mezcle o agite bien hasta que se disuelvan todos los grumos.

¿Cuánto tiempo dura la fórmula?

Guarde la fórmula preparada en el refrigerador en un recipiente con tapa. Después de 24 horas, tire la fórmula preparada que no haya usado. Tire la fórmula en polvo que quede en la lata al mes de abrirla.

Preparativos para darle de comer al bebé

1. Agite bien la fórmula.
2. Entíbiela colocando el biberón (mamila) en un recipiente con agua tibia.

No use el horno de microondas

porque los líquidos se calientan de forma dispareja y podría haber partes muy calientes que le quemen la boca al bebé.

3. Después de entibiar la fórmula, agite el biberón de nuevo. **Siempre** compruebe que no esté demasiado caliente antes de dársela al bebé.
4. Tire la fórmula que sobre en el biberón cuando el bebé termine de comer.

¿Tiene más preguntas?

Si tiene alguna pregunta, llame en horas de oficina al Servicio de Nutrición del hospital que le corresponda.

Children's – Minneapolis

612-813-6865 or 612-813-6960 ((NICU – Unidad de cuidados intensivos neonatales)

Children's – St. Paul

651-220-5678.

Receta con Pregestimil®

Calorías por onza	Agua	Fórmula en polvo (<u>apretada</u> , al ras)	Volumen final aproximado
<input type="checkbox"/> 22	5½ onzas (165 ml)	3 cucharitas de la lata	6 onzas
	9 onzas (270 ml)	5 cucharitas de la lata	10 onzas
	13 onzas (390 ml)	½ taza	14½ onzas
	17 onzas (510 ml)	2/3 taza	19 onzas
	26 onzas (780 ml)	1 taza	29 onzas
<input type="checkbox"/> 24	5 onzas (150 ml)	3 cucharitas de la lata	5½ onzas
	8 onzas (240 ml)	5 cucharitas de la lata	9 onzas
	11½ onzas (345 ml)	½ taza	13 onzas
	17½ onzas (525 ml)	¾ taza	20 onzas
	23 onzas (690 ml)	1 taza	26½ onzas
<input type="checkbox"/> 26	3 onzas (90 ml)	2 cucharitas de la lata	3½ onzas
	7 onzas (210 ml)	1/3 taza	8 onzas
	10½ onzas (315 ml)	½ taza	12 onzas
	16 onzas (480 ml)	¾ taza	18½ onzas
	21 onzas (630 ml)	1 taza	24 onzas
<input type="checkbox"/> 27	5 onzas (150 ml)	¼ taza	6 onzas
	7 onzas (210 ml)	5 cucharitas de la lata	8 onzas
	10 onzas (300 ml)	7 cucharitas de la lata	11½ onzas
	13 ½ onzas (405 ml)	2/3 taza	15 ½ onzas
	20½ onzas (615 ml)	1 taza	24 onzas
<input type="checkbox"/> _			

Nota: Para la receta de fórmula con 20 calorías por onza, siga las instrucciones de la lata.