

Promemoria

# Preparazione del biberon

Questi suggerimenti vi aiutano nella preparazione del biberon:



1. Lavatevi le mani prima di iniziare.
2. Preparate sempre il biberon poco prima di darlo al vostro bambino.
3. Utilizzate soltanto acqua di rubinetto pulita e fresca. Fate defluire l'acqua rimasta ferma nelle tubature fino a quando scenderà acqua fredda a una temperatura costante. Il rubinetto deve essere pulito e il frangigetto sottoposto regolarmente a decalcificazione.
4. Non utilizzate l'acqua calda che scende dal rubinetto né filtri per l'acqua.
5. In Svizzera di norma la qualità dell'acqua è ineccepibile; solo se non è garantita (ad es. a causa di una contaminazione batterica) è richiesta la bollitura. Lasciate raffreddare l'acqua fino alla temperatura corretta e seguite le istruzioni di preparazione riportate dall'azienda produttrice sulla confezione del latte in polvere. Assicuratevi che l'acqua calda si trovi sempre fuori della portata del bambino.
6. Controllate la temperatura del biberon versando alcune gocce del contenuto sul lato interno del polso o utilizzando un termometro da cucina.
7. Per il dosaggio corretto del latte in polvere e dell'acqua, seguite le indicazioni sulla confezione.
8. Sulla confezione trovate i valori di riferimento delle quantità di latte da somministrare. Non preoccupatevi se vostro figlio mangia meno e non obbligate a finire tutto. Se chiede il biberon più spesso, il più delle volte potete soddisfare tranquillamente la sua richiesta. Il peso del bambino è un buon indicatore per capire se la quantità di cibo assunta è appropriata.
9. Gettate il contenuto del biberon che non è stato consumato durante il pasto.
10. Lavate con cura la bottiglia e la tettarella subito dopo il pasto, nella lavastoviglie (programma completo a 65 °C) o a mano con uno scovolino pulito (prima sciacquatele con acqua fredda, poi lavatele in acqua calda con un po' di detersivo per stoviglie). Asciugate bene entrambe con uno strofinaccio da cucina pulito. Non è necessario far bollire o sterilizzare la bottiglia e la tettarella di silicone.
11. Conservate il latte in polvere con la confezione ben chiusa e in un luogo asciutto, non in frigorifero.
12. Quando siete fuori casa, potete portare con voi un termos di acqua bollita e il latte in polvere in un contenitore separato e preparare il biberon al momento.

