

# PREPARACIÓN DEL BIBERÓN

Antes de empezar...



Procura una buena higiene de manos



Coge el biberón limpio  
¡No hace falta esterilizarlo!



## 1 Añade agua



Embotellada o del grifo, a temperatura ambiente

\*Si usas agua del grifo mejor hervir previamente durante 1 o 2 minutos

## 2 Agrega la leche



Respetar la relación de ml de agua por cacito de leche en polvo raso



Si quieres dar 40 ml de leche, puedes preparar 2 cacitos en 60 ml de agua y desechar 20 ml de leche

## 3 Y, ¡listo!



Una vez reconstituido y bien agitado, dale el biberón **antes de 2 horas**



## RECUERDA:

- No se aconsejan los calentabiberones; mantener la leche tibia favorece el crecimiento de patógenos
- Fuera de casa, llévate el biberón con el agua necesaria y, cuando se lo quieras dar, añade entonces la leche en polvo
- Si tienes dudas, consulta con tu equipo de pediatría