

La Seguridad De La Comida De Bebé y Fórmula Infantil

Los bebés y los niños pequeños son especialmente vulnerables a las enfermedades transmitidas por alimentos porque sus sistemas inmunológicos no se han desarrollado lo suficiente para luchar contra las infecciones. Es por eso que se debe tener cuidado especial al manipular y preparar su comida y fórmula.

Comida De Bebé

- La acción más importante que usted puede tomar para prevenir enfermedades transmitidas por alimentos en los bebés y niños es lavarse las manos. Tus manos pueden recoger las bacterias dañinas de los animales domésticos, los alimentos crudos (carne, aves, mariscos, huevos), el suelo y los pañales.

Siempre lávese las manos:

- o Antes y después de manipular alimentos
- o Después de usar el baño, cambiar pañales o tocar mascotas.
- Ponga atención al empaquetado comercial de la comida de bebé antes de servir: Lo siguiente puede indicar que la comida está contaminada o en riesgo de contaminación bacteriana:
 - o Para tarros: Asegúrese de que el botón de seguridad en la tapa este hacia abajo. Deseche todos los frascos que no salten con la presión al abriese, con el vidrio rajado o tapas oxidadas.
 - o Para las bolsas de plástico: Deseche todos los paquetes que engrosan o con fugas.
- No "excepciones" con la comida de bebé: Nunca ponga alimentos para bebés en el refrigerador si el bebé no se lo termina. La mejor opción: No alimente a su bebé directamente del frasco de comida para bebés. En su lugar, ponga una pequeña porción de comida en un plato limpio y refrigerar la comida que queda en el frasco. Si el bebé necesita más comida, usar una cuchara limpia para servir a otra parte. Tire a la basura cualquier alimento en el plato que no haya comido. Si alimenta al bebé directamente del frasco, siempre deseche cualquier alimento restante.
- No comparta cucharas: No ponga la cuchara del bebé en su boca o boca de otra persona - o viceversa. Si quieres demostrarle a su bebé como comer utilice un plato de servir por separado y cuchara por sí mismo.
- Nunca deje a los contenedores de líquidos o alimentos de puré para bebés a temperatura de ambiente por más de dos horas: Las bacterias nocivas crecen rápidamente en los alimentos a temperatura ambiente.
- Guarde alimentos abiertos en el refrigerador por no más de tres días: Si no está seguro de que el alimento aun esta bueno para consumo recuerde este dicho: ". En caso de duda, tírelo a la basura"

Fórmula Infantil

Si usted es el padre o tutor de un niño, probablemente ha escuchado que la leche materna es la mejor fuente de nutrición para los niños. En situaciones en las que no es posible amamantar a un bebé, puede optar por utilizar una fórmula infantil preparada comercialmente.

¿Por qué no puedo darle a mi bebé leche de vaca? La leche de vaca por sí mismo no es apropiada para niños menores de 1 año de edad. Dicha leche no tiene el equilibrio correcto de nutrientes para el crecimiento y desarrollo normal para los niños y puede causar problemas de anemia y la función renal. La leche cruda nunca es apropiada para los niños - o cualquier otra persona. En ningún momento y por ningún propósito debe tomar la leche cruda. La leche cruda puede albergar microorganismos peligrosos, tales como Salmonella, E. coli y Listeria, que pueden ocasionar riesgos graves para la salud.

¿Pero no es la fórmula base de leche de vaca? La mayoría de fórmula infantil se elabora con leche de vaca, pero se ha modificado y complementado con nutrientes adicionales. Como resultado, la fórmula es más nutritiva y más fácil digerir para bebé que la leche de vaca. Otras opciones de fórmula incluyen fórmulas a base de soja y hipoalérgico (o hidrolizado de proteínas y basadas en aminoácidos). Fórmulas especiales para bebés que son prematuros o con otros problemas de salud.

¿De qué manera regulo la fórmula infantil el gobierno? La FDA no aprueba los lactantes preparados antes de que puedan comercializarse. Todas las fórmulas comercializadas en los Estados Unidos, sin embargo, deben cumplir con los requisitos federales de nutrientes. La FDA también supervisa fórmula infantil, lo que significa inspeccionar las instalaciones que fabrican fórmula y analiza las muestras.

¿Qué puedo hacer para asegurar que la fórmula sea segura para mi bebé? Aquí hay algunos pasos básicos que usted puede seguir para asegurarse de que la fórmula está a salvo de las bacterias que pueden causar enfermedades.

- Preparar agua potable para mezclar: Hervir agua de la llave y dejar hervir durante un minuto. Si usa agua embotellada, seguir este mismo proceso, a menos que la etiqueta indique que es estéril. A continuación, enfriar el agua rápidamente a la temperatura corporal antes de mezclar la fórmula.
- Utilice biberones y tetinas limpios: Es posible que desee esterilizar los biberones y las tetinas antes del primer uso. Después de eso, es seguro que lavarlos a mano o en el lavavajillas.
- No haga más fórmula que usted necesitará: Fórmula puede contaminarse durante la preparación, y las bacterias pueden multiplicarse rápidamente si la fórmula se almacena inadecuadamente. Su mejor opción: preparar la fórmula en cantidades más pequeñas sobre una base como-necesaria para reducir en gran medida la posibilidad de contaminación. Y siempre siga las instrucciones de la etiqueta para mezclar la fórmula.

La Seguridad De La Comida De Bebé y Fórmula Infantil

Prueba Final – Octubre 2014

**Por favor guarde esta prueba y certificado en sus archivos para la licenciatura.
Usted no tiene que enviarlo a nuestra oficina o al estado.**

Objetivo de Aprendizaje: Después de leer el boletín, el proveedor entiende algunas maneras de preparar y mantener comida de bebé y la seguridad de la fórmula infantil.

1. Los bebés y los niños pequeños son especialmente vulnerables a las enfermedades transmitidas por alimentos porque sus sistemas inmunes son más desarrolladas y no pueden combatir las infecciones.

Verdadero o Falso

2. Los _____ más importantes que usted puede tomar para prevenir enfermedades transmitidas por alimentos en los bebés y niños es lavarse las manos.

3. Asegúrese de que el botón de seguridad en la tapa este hacia abajo en los frascos de comida de bebé. Deseche todos los frascos que no salten con la presión al abriese con el vidrio rajado o tapas oxidadas.

Verdadero o Falso

4. Ponga una pequeña porción de comida en un plato limpio y refrigerar la comida que queda en el frasco. Si el bebé necesita más comida, use una cuchara para servir _____ otra parte. Tire a la basura cualquier alimento en el plato que no haya comido. Si alimenta a un bebé del frasco, siempre deseche cualquier alimento restante.

5. No deje recipientes abiertos de líquido o alimentos de puré para bebés a temperatura de ambiente durante más de _____ horas: Las bacterias crecen rápidamente en los alimentos a temperatura ambiente.

6. Guarde la comida de bebé en el refrigerador por no más de tres días: Si no está seguro de que el alimento es seguro, recuerda este dicho: ". En caso de duda, tírelo a la basura"

Verdadero o Falso

7. _____ no tiene el equilibrio correcto de nutrientes para el crecimiento y desarrollo normal de los niños, y puede causar problemas de anemia y la función renal.

8. La mayoría de fórmula infantil se elabora con leche de vaca, pero se ha modificado y complementado con nutrientes adicionales. Como resultado, la fórmula es más nutritiva y más fácil para que el bebé la digiera.

Verdadero o Falso

9. La FDA _____ aprobar las fórmulas para lactantes antes de que puedan comercializarse. Todas las fórmulas comercializadas en los Estados Unidos, sin embargo, deben cumplir con los requisitos federales de nutrientes. La FDA también supervisa fórmula infantil, lo que significa que inspeccionar las instalaciones que fabrican fórmula y analizan las muestras.

10. Preparar agua potable para mezclar: Hierva agua de la llave y dejar hervir durante un minuto. Si usa agua embotellada, seguir este mismo proceso, a menos que la etiqueta indique que es _____. A continuación, enfriar el agua rápidamente a la temperatura corporal antes de mezclar la fórmula.



Southwest Human Development Services
P.O. Box 28487 • Austin, Texas 78755-8487
(512) 467-7916 • Toll Free (800) 369-9082
Fax (512) 467-1453 • Toll Free (888) 467-1455
www.swhuman.org

SOUTHWEST HUMAN DEVELOPMENT SERVICES

Patrocinador del

Programa de Alimentos de USDA para el Cuidado de Niños y Adultos

Gratamente otorga a:

ESTE CERTIFICADO

Por completar 30 minutos de entrenamiento en

Octubre 2014-La Seguridad De La Comida De Bebé y Fórmula Infantil

UN CURSO AUTO-EDUCATIVO

(Es necesario completar la prueba al reverso de esta hoja para que el certificado sea válido)

Este Proveedor del Cuidado Diario de Familia apoya el compromiso de Cuidado de Calidad de Menores como se demuestra en completar este curso

Dado en esta fecha: _____

Lindsey Seybold

Lindsey Seybold
Coordinadora de Entrenamiento
Southwest Human Development Services

SOUTHWEST HUMAN DEVELOPMENT SERVICES
Una Corporación de Texas Privada, No lucrativa