



ALIMENTAR A LOS BEBÉS DE FORMA SEGURA

EN LOS CENTROS FAMILIARES
DE CUIDADO INFANTIL



INSTITUTE OF
child nutrition
RESOURCES • TRAINING • RESEARCH

Institute of Child Nutrition The University of Mississippi

El Institute of Child Nutrition fue autorizado por el Congreso en 1989 y se estableció en 1990 en la Universidad de Mississippi en Oxford y es operado en colaboración con la Universidad del Sur de Mississippi, en Hattiesburg. El Instituto opera bajo un acuerdo de financiación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Servicios de Nutrición y Alimentos.

PROPÓSITO

Mejorar el funcionamiento de los programas de nutrición infantil a través de investigación educación y capacitación, y la difusión de información.

VISIÓN

Conducir a la nación a promover la excelencia en los programas de nutrición infantil facilitando actividades de investigación, educación y recursos.

MISIÓN

Proporcionar información relevante basada en la investigación y servicios que promuevan el avance continuo de los programas de nutrición infantil.



Este proyecto ha sido financiado al menos en parte con fondos federales del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Servicios de Nutrición y Alimentos a través de un acuerdo con el Institute of Child Nutrition y la University of Mississippi. El contenido de esta publicación no necesariamente refleja el punto de vista o políticas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, ni la mención de nombres o productos comerciales u organizaciones implica la aprobación del gobierno de los Estados Unidos.

La University of Mississippi es un empleador EEO/AA/Title VI/Title IX/Section 504/ADA/ADEA.

De acuerdo con la ley Federal de derechos civiles y las regulaciones y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo, edad o discapacidad.

Para presentar una queja por discriminación en el programa, escribir a USDA, Director, Office of Civil Rights; Room 326-W, Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410 or call (202) 720-5964 (voice and TDD).

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos es un proveedor y empleador de igualdad de oportunidades.

© 2022, Institute of Child Nutrition, The University of Mississippi, School of Applied Sciences

Excepto como se indica debajo, usted puede utilizar la información y texto incluidos en este documento libremente con fines no lucrativos o educativos, sin ningún costo a los participantes de la capacitación siempre y cuando el crédito siguiente esté incluido. Estos materiales no se pueden incluir en otras páginas web o libros de texto y no se pueden vender.

Citación bibliográfica sugerida:

Institute of Child Nutrition. (2022). *Alimentar a los bebés de forma segura en los centros familiares de cuidado infantil*. University, MS: Author.

Las fotografías e imágenes en este documento pueden ser propiedad de una tercera entidad y usadas por la University of Mississippi bajo un acuerdo de licencia. Por lo tanto, la universidad no puede otorgar permiso para el uso de estas imágenes. Por favor, contacte helpdesk@theicn.org para más información.

06/07/2022

ÍNDICE DEL CONTENIDO

Introducción1

Almacenamiento de la leche materna bombeada.....2

Almacenamiento de la leche de fórmula3

Preparación/descongelación de la leche materna bombeada
y de la leche de fórmula.....4

Servir comida comercial para bebés5

Preparación de alimentos caseros para bebés7

Referencias9



INTRODUCCIÓN

La seguridad alimentaria es una práctica importante y necesaria al preparar comidas y bocadillos para los niños. Durante los primeros años, el cuerpo y el sistema inmune de los bebés aún se están desarrollando. Ya que son muy susceptibles a las enfermedades, necesitan entornos seguros y alimentos seguros para reducir el riesgo de enfermedades.

Como proveedor familiar de servicios de cuidado infantil, usted desempeña un papel importante en la creación de alimentos seguros para los bebés a su cuidado. Su trabajo conlleva muchas responsabilidades, y una de las más importantes consiste en aplicar buenas prácticas de seguridad alimentaria al preparar y servir comidas para los bebés a su cuidado.

Este recurso le proporcionará ejemplos de prácticas seguras en la preparación de alimentos en un entorno de cuidado infantil. Es importante saber que alguna información puede variar dependiendo de los requisitos específicos en su estado. Por lo tanto, consulte siempre a las autoridades locales u organización patrocinadora para obtener asesoría sobre los requisitos actuales para el manejo de la seguridad alimentaria en su centros familiares de cuidado infantil.



ALMACENAMIENTO DE LA LECHE MATERNA BOMBEADA

Etiquetar todas los biberones con el **nombre completo del niño (nombre y apellido), el contenido, fecha y la hora en la que fue extraída**. Almacenar al fondo del refrigerador donde se encuentra más frío. Mantener los biberones refrigerados hasta el momento justo antes de servir. Lávese las manos antes del manejo de biberones y leche materna. Si la leche materna está congelada, use la leche más antigua primero.

DIRECTIVA PARA EL ALMACENAMIENTO DE LA LECHE HUMANA			
Tipo de leche materna	Ubicación del lugar de almacenamiento y temperaturas		
	Mostrador 77 °F o más fría (25 °C) (temperatura ambiente)	Refrigerador 40 °F o más fría (4 °C)	Congelador 0 °F o más fría (-18 °C)
Leche recién extraída o bombeada	Hasta 4 horas	Hasta 4 días	Dentro de 6 meses es mejor Hasta 12 meses es aceptable
Previamente descongelada	1–2 horas	Hasta 1 día	Nunca volver a congelar la leche materna después de haber sido descongelada
Sobrantes después de alimentar al bebé (el bebé no se terminó el biberón)	Utilice dentro de 2 horas después de que el bebe haya terminado de alimentarse o desechar		

Adaptado de “*ABM Clinical Protocol #8: Human Milk Storage Information for Home Use for Full-Term Infants.*” Revisado en 2017.

Fuente: CDC *Proper Storage and Preparation of Breast Milk*: https://www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling_breastmilk.htm

ALMACENAMIENTO DE LA LECHE DE FÓRMULA

Etiquete los biberones con el **nombre completo del niño (nombre y apellido), el contenido, la fecha y la hora en que se recibió.** Mantenga los biberones refrigerados hasta el momento en que el niño vaya a comer. Consulte con su organización patrocinadora y las instrucciones del fabricante sobre el almacenamiento de la leche de fórmula.

- Tire la fórmula que quede en el biberón después de cada alimento.
- Para la leche de fórmula preparada que no se sirva o que no se le haya dado a un bebé:
 - Cubrir y almacenar la fórmula preparada **en polvo** en el refrigerador, y desecharla después de 24 horas.
 - Cubrir y guardar la fórmula **concentrada** y preparada en el refrigerador y desecharla después de 48 horas.



PREPARACIÓN/DESCONGELACIÓN DE LA LECHE MATERNA BOMBEADA Y LA LECHE DE FÓRMULA

Siempre lavarse las manos antes de utilizar la leche materna bombeada o la fórmula.

Tres formas de descongelar leche materna bombeada que se encuentra congelada:

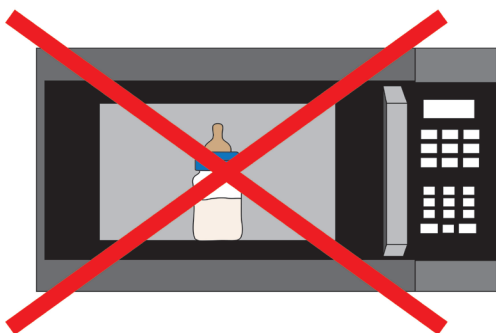
1. Colocar en el refrigerador durante la noche.
2. Colocar en un recipiente con agua tibia o templada.
3. Mantenerla bajo el chorro de agua tibia.

Una vez que la leche esté descongelada, darle vueltas suavemente, no agitarla bruscamente.

Los biberones pueden servirse fríos al sacarlos del refrigerador y no es necesario calentarlos. Sin embargo, si decide calentar los biberones, siga estos pasos para calentar la leche materna o la fórmula:

1. Utilice un calentabiberones o mantenga el biberón bajo el grifo de agua caliente. Asegúrese de que la temperatura no supere los 98 °F.
2. Mueva suavemente al biberón suavemente. No agitar.
3. Revise la temperatura antes de servirlo: el líquido debe estar a temperatura corporal o tibio.

NUNCA calentar un biberón con leche materna o con fórmula en un microondas. El calor disparejo puede crear zonas calientes y puede quemar la boca del bebé.



SIRVIENDO LA COMIDA COMERCIAL PARA BEBÉS

Cuando sirva comida preparada comercialmente a un bebé, recuerde estos consejos de seguridad alimentaria.

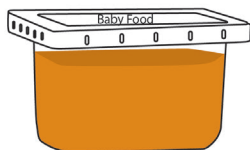
- Lávese las manos.
- Limpie, enjuague, desinfecte y seque al aire cualquier utensilio utilizado para preparar alimentos antes, después y entre usos.
- Utilice una cuchara y un tazón distintos para cada bebé para evitar compartir gérmenes y alérgenos.
- Deseche los envases y empaques abiertos de comida para bebé que hayan permanecido a temperatura ambiente por más de dos horas.
- Guarde la comida para bebé abierta en el refrigerador por no más de 3 días; etiquete y feche el envase con el nombre completo del niño (nombre y apellido) y la fecha en la que se abrió



Botón del cierre de seguridad
(hace un sonido de
chasquido al abrirlo)



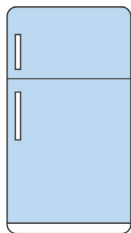
- El sello no está roto
- Deseche si se ha expandido,
está goteando (o tiene fugas),
o ha expirado.



Etiquete la porción sin
usar y coloque el
empaquete original
en el refrigerador.



Coloque una porción
pequeña en un plato.



Si el bebé aún tiene
hambre, darle de comer la
porción refrigerada restante.



Desechar cualquier
alimento que haya
sobrado en el plato.



PREPARACIÓN LA COMIDA DE BEBÉ CASERA

- Lávese las manos.
- Limpiar, enjuagar, desinfectar, y secar al aire cualquier equipo utilizado para preparar comida antes, después y entre usos.
- Utilice frutas y verduras frescas siempre cuando sea posible.
 - o Lavar bajo el grifo de agua fría.
 - o Comprar productos de fuentes aprobadas.
- Para evitar atragantamiento, prepare y cocine las verduras y frutas con una textura apropiada.
 - o Remueva todos los huesos, semillas, piel, y cáscaras antes de servir.
 - o Siempre corte las frutas y vegetales en rebanadas delgadas, no mayores de ½ pulgada.
 - o Hacer puré, triturar, o cortar finamente los alimentos para lograr la consistencia necesaria.



NO USAR ESTOS PRODUCTOS AL PREPARAR COMIDA PARA BEBÉ

Leche fresca, sin pasteurizar



Puede contener bacteria que puede causar enfermedades

Miel



Presenta un alto riesgo de botulismo que puede causar enfermedades graves o hasta la muerte

Alimentos envasados en casa



Puede contener bacteria si no enlata apropiadamente

Latas o frascos



Desechar si están dañadas, caducadas, o aquellas que no tengan etiqueta

REFERENCIAS

- Center for Disease Control and Prevention. (2018). *Proper storage and preparation of breast milk*. https://www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling_breastmilk.htm
- Foodsafety.gov. (n.d.). *Baby food and infant formula*. <https://www.foodsafety.gov/keep/types/babyfood/>
- Foodsafety.gov. (2011). *Homemade baby food – Make it safely*. https://www.foodsafety.gov/blog/homemade_babyfood.html
- Fraser, Angela. M. (2007). *Food safety in child care centers and family day care homes*. <http://www.foodsafetysite.com/resources/pdfs/foodservice/daycare/daycarefactsheet.pdf>
- Institute of Child Nutrition. (2016). *Food safety in family child care resource guide*. University, MS Author.
- Institute of Child Nutrition. (2018). *Family child care FUNdamentals*. <https://theicn.org/icn-resources-a-z/family-child-care-fundamentals/>
- USDA Food and Nutrition Services. (2019). *Breastfed babies welcome here*. <https://www.fns.usda.gov/tn/breastfed-babies-welcome-here>
- USDA Food and Nutrition Services. (2018). *Feeding infants and meal pattern requirements in the child and adult care food program; Questions and answers*. <https://www.fns.usda.gov/cacfp/feeding-infants-and-meal-pattern-requirements-child-and-adult-care-food-program-questions-1>
- USDA Food Safety and Inspection Service. (2015). *Kitchen companion*. <https://www.fsis.usda.gov/wps/wcm/connect/6c55c954-20a8-46fd-b617-ecffb4449062/Kitchen-Companion.pdf?MOD=AJPERES>



INSTITUTE OF CHILD NUTRITION

The University of Mississippi

P.O. Box 1848

97 Jeanette Phillips Drive

University, MS 38677

Teléfono: (800) 321-3054

Sitio web: www.theicn.org

