progetto finanziato da:

Ministero della Salute

Questo opuscolo è stato realizzato grazie a un progetto finanziato dal Ministero della Salute, Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie, attuato in collaborazione con l'UNICEF, le regioni Sicilia, Lazio, Marche, Veneto e ASL di Milano.

La presente pubblicazione è liberamente tratta da "Guide to bottle feeding" pubblicata nel 2011 dal National Health Service (NHS) del Regno Unito.

Traduzione e adattamento dei testi dall'originale a cura di:
Claudia Carletti, Maria Enrica Bettinelli ed Elise Chapin.

Revisione del testo a cura di:
Maria Enrica Bettinelli, Claudia Carletti, Graziella Cattaneo, Miriam Lelli (ASL di Milano),
Elise Chapin, Rosellina Cosentino e Stefania Sani (UNICEF Italia),
Sara Farchi, Simona Asole (Laziosanità), Leonardo Speri,
Elisa Pastorelli e Lara Simeoni (Veneto),
Alberto Firenze (Sicilia), Elisabetta Benedetti (Marche).

Foto realizzate da Sarah Pennisi e Alessia Buffone (pag 4 e 5).

REGIONE LAZIO

unicef

Regione Siciliana

REGIONE MARCHE

REGIONE DEL VENETO

Regione Lombardia

ASL Milano

impaginazione e grafica a cura di Barbara De Masi - Alessia Buffone

... se non puoi allattarlo al seno

Scegliere informati

Tutti i genitori hanno il diritto di scegliere l'alimentazione del proprio bambino

Già dal momento della gravidanza riceverete dai nostri operatori tutte le informazioni e l'aiuto pratico necessario per allattare il bambino al seno.
Ci sono delle gravi ragioni che impediscono l'allattamento?
La vostra scelta è diversa? Riceverete informazioni e sostegno per alimentare in tutta sicurezza il vostro bambino con il latte artificiale.
Questo opuscolo vuole aiutarvi a preparare in modo sicuro il latte artificiale (o di formula), a sterilizzare l'attrezzatura utilizzata per l'alimentazione al fine di ridurre al minimo qualsiasi rischio per il bambino.
Se avete bisogno di ulteriori informazioni su come alimentare con il latte artificiale il vostro bambino parlatene con il pediatra o gli operatori sanitari del consultorio.

Considerate che…
I bambini di solito non finiscono il biberon.
Le quantità di latte che vengono raccomandate sulle confezioni in base all'età, sono spesso ben maggiori del necessario.
Non tutti i bambini hanno bisogno della stessa quantità di latte.
I calcoli fatti dagli esperti sono per eccesso perché è evidentemente più pericoloso dargli una quantità insufficiente che far rimanere un po' di latte nel biberon.

Il latte artificiale o di formula

Il latte artificiale o di formula

Il latte artificiale (o di formula) deriva dal latte di mucca, trattato in modo da renderlo adatto ai bambini. Il latte vaccino presente nella formula contiene una miscela di 2 tipi di proteine: le sieroproteine e la caseina.
Nel caso di allergia alle proteine del latte vaccino, il vostro pediatra saprà consigliarvi altri tipi di latte.
Ci sono sul mercato numerose marche la cui composizione deve obbligatoriamente attenersi agli standard definiti. Tutte le marche dei latti artificiali sono uguali dal punto di vista nutrizionale.
Non ci sono prove scientifiche che evidenziano benefici o svantaggi di un latte rispetto ad un altro.
Esistono due tipi di latte artificiale: il latte artificiale liquido, pronto all'uso e sterile, e il latte artificiale in polvere, che non è sterile.

Cosa vi serve per l'alimentazione artificiale del vostro bambino

Le istruzioni contenute in questo opuscolo per la pulizia e la sterilizzazione dell'attrezzatura si applicano sia per l'utilizzo di latte materno spremuto o tirato, sia per la preparazione del latte di formula.

Il sistema immunitario di un bambino non è ben sviluppato come quello di un adulto e questo vuol dire che un lattante è molto più suscettibile a malattie o infezioni. Per questo è molto importante una buona igiene nella preparazione del pasto.

Per l'alimentazione del bambino avrete bisogno di biberon, tettarelle e di attrezzatura per la pulizia e la sterilizzazione.
Prima di sterilizzare l'attrezzatura, dovrete sempre lavarla e risciacquarla: dopo ogni pasto pulite il biberon e la tettarella in acqua calda saponata, utilizzando uno scovolino/spazzolino pulito. Successivamente risciacquate bene tutta l'attrezzatura con acqua corrente fredda.

Il latte artificiale o di formula

Dopo la sterilizzazione:

- controllate che tettarelle e biberon non si siano rotti o scheggiati;
- lavate con cura le mani. Pulite e disinfettate la superficie dove ricomporrete il biberon con la tettarella;
- è meglio sterilizzare il biberon appena prima del suo utilizzo;
- se non dovete usare il biberon immediatamente, chiudetelo con tettarella e coperchio per prevenire contaminazioni.

Come preparare un biberon di latte artificiale

Il latte artificiale liquido pronto all'uso è sterile prima dell'apertura della confezione e ciò può aiutare a ridurre il rischio di infezioni. La formula liquida deve essere utilizzata e conservata seguendo le indicazioni del produttore ed è consigliata ai bambini ad alto rischio, come ad esempio i neonati pretermine, quelli a basso peso alla nascita o quelli particolarmente vulnerabili alle infezioni.
Una volta aperta, la formula liquida rimasta inutilizzata nel contenitore, deve essere conservata ben chiusa in frigorifero, per non più di 24 ore.

Le scatole e i pacchi di latte artificiale in polvere, anche se sono sigillati, possono contenere dei batteri, come il **Cronobacter sakazakii** (precedentemente conosciuto come **Enterobacter sakazakii**) e più raramente la Salmonella, i quali in alcuni rari casi, possono causare infezioni mortali.
Per ridurre il rischio d'infezione preparate il pasto ogni volta che il vostro bambino ne ha bisogno, poiché i batteri si moltiplicano molto velocemente a temperatura ambiente e possono sopravvivere e moltiplicarsi anche conservando il latte ricostituito nel frigorifero.

Il latte artificiale o di formula

Una guida passo-passo per ricostituire il latte artificiale

1 Pulite e disinfettate la superficie di lavoro. Riempite un contenitore con 1 litro di acqua fresca preferibilmente di rubinetto (non usare acqua artificialmente addolcita o acqua bollita in precedenza). Fatela bollire. Lasciatela raffreddare per non più di 30 minuti così che l'acqua sia ad una temperatura di almeno 70° C.

2 E' molto importante lavarsi le mani: strofinatele con il sapone per 15 secondi, poi sciacquate abbondantemente e asciugatele.

3 Se utilizzate uno sterilizzatore a freddo, sgocciolate la soluzione in eccesso dal biberon e dalla tettarella ed eventualmente risciacquate con acqua bollita e raffreddata. Mettete la tettarella e il cappuccio sul coperchio rivoltato dello sterilizzatore.
Evitate di metterli sulla superficie di lavoro.

4 Mettete il biberon sulla superficie precedentemente pulita. Mettete nel biberon la quantità di acqua necessaria per preparare il pasto per il vostro bambino. Controllate bene che il livello dell'acqua sia corretto.

Il latte artificiale o di formula

5

Riempite il misurino presente nella confezione con la polvere e pareggiate il livello, senza pressare, con un coltello pulito e asciutto o con il livellatore.

6

Mettete sempre per prima l'acqua nel biberon, quando è ancora calda (70°C), poi aggiungete la polvere.

7

Tenete per il bordo la tettarella, appoggiatela sul biberon e avvitate la ghiera. Coprite la tettarella con il cappuccio e agitate il flacone fino a quando la polvere non si sarà sciolta.

8

Per evitare ustioni al bambino, è importante raffreddare il latte artificiale. Mettete il biberon sotto l'acqua corrente stando attenti che l'acqua non tocchi la tettarella.
Provate la temperatura del latte facendone cadere un po' sul polso: deve essere tiepida. Se il bambino non finisce il biberon, buttate via il latte avanzato.

Il latte artificiale o di formula

Se avete bisogno di dare al bambino il latte fuori casa, portate con voi...

- la quantità misurata di latte in polvere in un piccolo contenitore pulito ed asciutto;
- un contenitore termico con acqua precedentemente bollita e mantenuta a 70°C;
- un biberon vuoto, sterilizzato con tettarella e cappuccio.
  Preparate il biberon al momento del pasto.

Se non vi è proprio possibile seguire le indicazioni precedenti ed avete la necessità di trasportare un biberon di latte già pronto, per esempio per l'asilo nido o la baby–sitter, preparate il latte a casa con molta cura e seguite la tabella sottostante per le modalità di conservazione e i tempi di utilizzo.

Latte artificiale in polvere già ricostituito

se conservato	**utilizzalo entro**
in frigorifero	24 ore
nella borsa frigo con mattonella del ghiaccio	4 ore
a temperatura ambiente	2 ore

Alcune raccomandazioni:

- per riscaldare il latte già preparato e tenuto in frigorifero: prendere il biberon con il latte e riscaldarlo a bagnomaria (non più di 15 minuti), fino a che raggiunga i 37° circa, agitarlo per rendere uniforme la temperatura, consumare il latte riscaldato entro 2 ore. Non utilizzare mai il microonde perché riscalda in modo disomogeneo e può scottare la bocca del bambino.
- Non aggiungere al latte in polvere zucchero, cereali o biscotti.