

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. Se pensi che il latte usato non sia adeguato per il tuo bambino, parlane con il tuo pediatra.

Se hai bisogno di dare al tuo bambino il latte fuori casa, porta con te:

- 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

Prepara il biberon al momento del pasto.

Se non ti è possibile seguire le indicazioni precedenti e ti è necessario trasportare un biberon di latte già pronto, per esempio per l'asilo nido o la baby-sitter, preparare il latte a casa con molta cura e segui la tabella seguente 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

Servizio:



Numero Verde ASL Sostegno Allattamento: **800321738**  
Da lunedì a venerdì 9.00–13.00 e 14.00–16.00

## Ricostituire in sicurezza il latte artificiale in polvere



Le scatole e i pacchi di latte artificiale in polvere, anche quando sono sigillati, possono contenere dei batteri, come *l'Enterobacter Sakazakii*, che in alcuni rari casi, possono causare infezioni mortali. Per ridurre il rischio d'infezione, usa acqua precedentemente bollita e raffreddata fino ad una temperatura non inferiore a 70°C e segui attentamente le istruzioni riportate in questo volantino.

Il latte artificiale liquido, invece, prima dell'apertura della confezione è sterile e può essere conservato a temperatura ambiente. Una volta aperto però deve essere conservato in frigorifero e consumato entro 24 ore.

<b>Passo 1</b>	Pulisci e disinfetta la superficie che userai per preparare il biberon	
<b>Passo 2</b>	Riempi un contenitore con 1 litro di acqua di rubinetto fresca (non usare acqua già precedentemente bollita) e falla bollire. Lasciala raffreddare per non più di 30 minuti, così che l'acqua sia ad una temperatura di almeno 70° C.	
<b>Passo 3</b>	E' molto importante lavarsi le mani: bagna le mani con acqua, strofina con il sapone per 15 secondi, sciacqua abbondantemente, chiudi in rubinetto con il gomito e asciugale.	
<b>Passo 4</b>	Se utilizzi uno sterilizzatore a freddo, sgocciola la soluzione in eccesso dal biberon e dalla tettarella. Se lo risciacqui, usa acqua bollita e raffreddata (non direttamente dal rubinetto).  Metti la tettarella e il cappuccio sul coperchio rovesciato dello sterilizzatore. Evita di metterli sulla superficie di lavoro.	
<b>Passo 5</b>	Metti il biberon sulla superficie pulita.	
<b>Passo 6</b>	Metti nel biberon la quantità di acqua necessaria per preparare il pasto per il tuo bambino. Controlla bene che il livello dell'acqua sia corretto.	

<b>Passo 7</b>	Riempi il misurino presente nella confezione con la polvere e pareggia il livello, senza pressare, con un coltello pulito e asciutto o con il livellatore eventualmente fornito.	
<b>Passo 8</b>	Metti sempre per prima l'acqua nel biberon, quando è ancora calda (70° C), poi aggiungi la polvere.	
<b>Passo 9</b>	Tieni per il bordo la tettarella, appoggiala sul biberon e avvita la ghiera. Copri la tettarella con il cappuccio e agita il flacone fino a quando la polvere non si sarà sciolta.	
<b>Passo 10</b>	Per evitare ustioni al bambino, è importante raffreddare il latte artificiale. Metti il biberon sotto l'acqua corrente stando attenta che l'acqua non tocchi la tettarella.	
<b>Passo 11</b>	Prova la temperatura del latte facendone cadere un po' sulla parte interna del polso: deve essere tiepido, non bollente.  Se il bambino avanza del latte dopo il pasto, buttalo via.	