

Bottle Feeding Your Baby

Bottle feeding with formula will meet your baby's food needs. Your doctor will help decide which formula is right for your baby. Never give milk from cows or goats to a baby during the first year.

Formula comes in three forms:

- **Ready to feed** formulas need no mixing.
 - Pour the formula into a clean bottle.
 - Use ready to feed formula if you are unsure about the quality of your water.
 - Once opened, use the formula within 72 hours.
 - This type of formula costs the most.
- **Liquid concentrate** formula needs to be mixed with equal parts of water.
 - Once mixed, use this formula within 48 hours.
 - This formula costs less than ready to feed.
- **Powdered formula** needs to be mixed with water.
 - Once mixed, use this formula within 24 hours.
 - This type of formula costs the least.

Water from your faucet is often clean enough to use unless it is supplied by a well or your house has old plumbing. Old plumbing may contain lead. Lead poisoning can cause brain damage in your baby. If you have well water or old plumbing, have the water tested. You may need to use bottled water for your baby.

Feeding Your Baby

Ask your baby's doctor how many ounces and how often to feed your baby. Every time your baby cries he may not be hungry. Watch your baby for feeding cues such as moving his hands to his mouth, movement of legs or arms, and making noises. Do not delay feeding when your baby has signs of being hungry even if you feel you have just fed your baby.

Alimentação do bebê com mamadeira

Dar mamadeira com fórmula balanceada é suficiente para atender às necessidades de alimentação do bebê. O pediatra a ajudará a decidir qual é a fórmula certa para seu bebê. Nunca dê leite de vaca ou de cabra a um bebê durante o primeiro ano de vida.

São três as formas de apresentação da fórmula:

- As fórmulas **prontas para servir** não precisam ser misturadas.
 - Despeje a fórmula em uma mamadeira limpa.
 - Se tiver dúvidas sobre a qualidade da água, use uma fórmula nutricional pronta para servir.
 - Uma vez aberta a embalagem, use a fórmula em 72 horas.
 - Este tipo de fórmula é o mais caro.
- A fórmula **líquida concentrada** precisa ser misturada com partes iguais de água.
 - Uma vez misturada, esta fórmula deve ser usada em 48 horas.
 - Esta fórmula é mais barata que a do tipo pronta para servir.
- A **fórmula em pó** precisa ser misturada com água.
 - Uma vez misturada, a fórmula deve ser usada em 24 horas.
 - Este tipo de fórmula é a mais barata.

Em geral, a água de torneira é suficientemente limpa e pode ser usada sem problemas, exceto se for água de poço ou se o encanamento de sua casa for antigo. Os encanamentos antigos podem conter chumbo. A contaminação com chumbo pode causar lesões cerebrais em seu bebê. Se sua água for de poço ou suprida através de encanamentos antigos, providencie uma análise da mesma. Pode ser que você precise usar água engarrafada na alimentação do bebê.

Alimentação do bebê

Pergunte ao pediatra com que frequência e quantidade (em gramas) seu bebê deve ser alimentado. Quando o bebê chora, nem sempre está com fome. Preste atenção a possíveis sinais de fome do seu bebê como, por exemplo, levar as mãos à boca, mexer as pernas ou braços e fazer barulho. Não demore para alimentar o bebê quando ele mostrar sinais de fome, mesmo que você pense que acabou de alimentá-lo suficientemente.

Each baby's eating habits are different. As a general guide:

- During the first few days, most babies eat about 1-2 ounces at each feeding every 2 to 4 hours.
- By two weeks, most babies are eating 3 to 4 ounces at each feeding every 3 to 4 hours. In time, your baby will develop a pattern.
- Your baby may eat different amounts at times.

Preparing the Formula

If you are using **liquid concentrate formula**, mix the formula with equal parts of water.

If you are using **powdered formula**, mix 1 level scoop of formula with 2 fluid ounces of water.

Stir the formula well. If you add too much or too little water to the formula, your baby may not get enough food. **Do not** add honey, corn syrup or other ingredients to your baby's formula.

Bottle Nipples

Use a nipple for your baby's age. Make sure the nipple hole is small enough so the formula drips out slowly.

Warming Bottles

Formula should be at **room temperature**. To warm formula, place the bottle in a pan or bowl of heated water. Mix the milk in the bottle and test the temperature by dropping a few drops of milk on the inside of your wrist.

Never warm bottles in the microwave or on the stove because it destroys vitamins and does not heat the formula evenly. The bottle could explode or cause serious burns to your baby.

Cada bebê tem hábitos alimentares diferentes. Em geral:

- Durante os primeiros dias de vida, a maioria dos bebês come cerca de 30 a 60 gramas (1 a 2 onças) por vez em intervalos de 2 a 4 horas.
- A partir de duas semanas de vida, a maioria dos bebês come de 90 a 120 gramas (3 a 4 onças) por vez em intervalos de 3 a 4 horas. Com o tempo, seu bebê desenvolverá um padrão.
- Às vezes, ele poderá ingerir diferentes quantidades.

Preparação da fórmula

Se estiver usando uma **fórmula líquida concentrada**, misture-a com partes iguais de água.

Se estiver usando **fórmula em pó**, misture 1 colher-medida cheia com cerca de 60 ml de água.

Misture bem a fórmula. Se for adicionada pouca ou muita água à fórmula, o bebê poderá não ter a quantidade de alimento suficiente. **Não** adicione mel, xarope de milho ou outros ingredientes à fórmula do bebê.

Bicos de mamadeira

Use um bico compatível com a idade do bebê. Verifique se o furo do bico é bem pequeno, de modo que a fórmula saia lentamente da mamadeira.

Aquecimento das mamadeiras

A fórmula deverá estar à **temperatura ambiente**. Para aquecer a fórmula, coloque a mamadeira em uma panela ou bacia com água quente (banho-maria). Misture o leite na mamadeira e teste a temperatura pingando algumas gotas do leite na região interna de seu pulso.

Nunca aqueça mamadeiras no forno de microondas nem direto no fogão porque acabará destruindo as vitaminas e não aquecendo a fórmula uniformemente. A mamadeira poderá explodir ou provocar graves queimaduras em seu bebê.

Storing Formula

Once a bottle is made or a can of liquid formula is opened, store it in the refrigerator. After the baby has finished a feeding, throw away any formula left in the bottle. When leaving the house, keep the formula cold in a cooler.

Positioning for Bottle Feedings

Hold your baby close to you so he can feel your warmth and touch. Have the baby's head slightly higher than his body. Never leave the bottle propped in his mouth.

Is My Baby Getting Enough Milk?

Your baby is getting enough milk if he or she:

- Has 6 or more wet diapers in a 24 hour period
- Sleeps between feedings
- Has more than 2 bowel movements each day
- Has had an increase in weight

Talk to your baby's doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Como guardar a fórmula

Depois de fazer uma mamadeira ou de abrir uma lata de fórmula líquida, guarde-a no refrigerador. Depois de o bebê estar alimentado, jogue fora a sobra da mamadeira. Se precisar sair, leve uma térmica para manter a fórmula fria.

Posição para dar mamadeira

Segure o bebê junto a você, de modo que ele sinta o seu calor e contato. Deixe a cabeça do bebê um pouquinho mais alta que o corpo. Nunca deixe a mamadeira apoiada na boca do bebê.

Meu bebê está tomando leite suficiente?

Seu bebê estará tomando leite suficiente quando:

- Molhar 6 ou mais fraldas no período de 24 horas
- Dormir entre as refeições
- Evacuar mais de 2 vezes por dia
- Tiver um aumento de peso

Se tiver alguma dúvida ou preocupação, converse com o pediatra ou com a enfermeira do bebê.