

## Cómo ajustar las calorías de la fórmula (EnfaCare®)

### ¿Por qué es necesario ajustar las calorías de la fórmula de mi bebé?

EnfaCare® es una fórmula rica en nutrientes que se usa especialmente para los bebés prematuros cuando se les da el alta. Esta fórmula ayuda a los bebés a seguir aumentando de peso, estatura y tamaño de circunferencia de la cabeza. EnfaCare® normalmente contiene 22 calorías por onza, pero algunos bebés necesitan un nivel de calorías diferente para ganar la cantidad de peso debida.

### ¿Cómo se mezcla la fórmula?

1. Lávese las manos con agua y jabón y lave la tapa de la lata de fórmula antes de abrirla, para evitar que entren microbios en el alimento del bebé. Use utensilios para medir y recipientes limpios.
2. Deje el agua fría de grifo correr durante dos minutos antes de mezclarla con la fórmula para evitar usar el agua que estaba acumulada en las tuberías. El agua de pozo puede contener bacterias y no se recomienda su uso para mezclar la fórmula.
3. Revise la tabla que aparece al reverso. Utilice una taza transparente para medir líquidos para medir la cantidad deseada de agua y póngala sobre una superficie plana. Mire al nivel de la marca para confirmar que el nivel llega a la medida indicada.
4. Añada la fórmula en polvo medida al ras y sin apretar al agua. Use solo la cucharita que viene en la lata o las tazas para medir ingredientes secos.
5. Mezcle o agite bien hasta que se disuelvan todos los grumos.

### ¿Por cuánto tiempo sirve la fórmula?

Guarde la fórmula preparada en el refrigerador en un recipiente con tapa. Después de 24 horas, tire la fórmula preparada que no haya usado.

Tire la fórmula en polvo que quede en la lata al mes de abrirla.

### Preparativos para darle de comer al bebé

1. Agite bien la fórmula.
2. Entíbiela colocando el biberón (mamila) en un recipiente con agua tibia.

### No use el honor de microondas

porque los líquidos se calientan de forma dispareja y podría haber partes muy calientes que le queman la boca al bebé.

3. Después de entibiar la fórmula, agite el biberón de nuevo. **Siempre** compruebe que no esté demasiado caliente antes de dársela al bebé.
4. Tire la fórmula que sobre en el biberón cuando el bebé termine de comer.

## Receta con EnfaCare®

Calorías por onza	Agua	Fórmula en polvo (al ras, sin apretar)	Volumen final aproximado
<input type="checkbox"/> 20	3 onzas	2 cucharadas	3½ onzas
	6 ½ onzas	3 cucharitas de la lata	7 ¼ onzas
	11 onzas	5 cucharitas de la lata	12 onzas
	16 onzas	⅓ taza + ⅓ taza	18 onzas
	24 onzas	1 taza	27 onzas
<input type="checkbox"/> 24	2½ onzas	2 cucharadas	3 onzas
	5 onzas	¼ taza	5½ onzas
	7 onzas	4 cucharitas de la lata	8 onzas
	10 onzas	½ taza	11½ onzas
	15 onzas	½ taza + ¼ taza	17 onzas
	20 onzas (2½ tazas)	1 taza	23 onzas
	26 onzas (3¼ tazas)	1 taza + ⅓ taza	30 onzas
<input type="checkbox"/> 26	100 ml	3 cucharadas	4 onzas
	9 onzas	½ taza	10 ½ onzas
	12 onzas (1 ½ tazas)	⅓ taza + ⅓ taza	14 onzas
	18 onzas	1 taza	21 onzas
	27 onzas	1 taza + ½ taza	31 onzas
<input type="checkbox"/> 27	65 ml	2 cucharadas	2½ onzas
	9 ½ onzas	6 cucharitas de la lata	11 onzas
	13 onzas	½ taza + ¼ taza	15 onzas
	17 onzas	1 taza	20 onzas
	26 onzas	1 taza + ½ taza	30 onzas
<input type="checkbox"/> _			

1 cucharada = 3 cucharitas

**Nota:** Para la receta de fórmula con 22 calorías por onza, siga las instrucciones de la lata.

### ¿Tiene más preguntas?

Si tiene alguna pregunta, llame en horas de oficina al Servicio de Nutrición del hospital que le corresponda.

#### Children's – Minneapolis

612-813-6865 o 612-813-6960 (NICU - Unidad de Cuidados Infantiles Neonatales)

#### Children's – St. Paul

651-220-5678