



ANMAT

Administración Nacional de Medicamentos,
Alimentos y Tecnología Médica

LA ALIMENTACIÓN SEGURA DEL BEBÉ

RECOMENDACIONES BÁSICAS PARA LA INOCUIDAD DE LA ALIMENTACIÓN DE LOS LACTANTES

La lactancia materna es la manera ideal de proveer el alimento que el recién nacido necesita para un crecimiento y desarrollo saludables.

La leche materna es naturalmente el primer alimento para el recién nacido, ya que provee toda la energía y nutrientes que el bebé requiere durante sus primeros meses y cubre hasta la mitad de las necesidades nutricionales durante su segundo semestre de vida. Además, promueve su desarrollo sensorial y cognitivo, lo protege de infecciones y enfermedades crónicas, reduce la mortalidad infantil debida a enfermedades tales como diarrea o neumonía y ayuda a una pronta recuperación de las infecciones.

Si bien es claro que la lactancia materna provee los mejores beneficios de salud a los bebés, también es cierto que existen circunstancias en que amamantar no es una opción. En estos casos, las fórmulas infantiles representan una alternativa y como tal, deben resultar inocuas y nutricionalmente adecuadas.

En consecuencia, todas las personas que preparan tomas para lactantes deben ser informadas acerca de las prácticas seguras para su preparación en condiciones higiénicas. En este espacio, encontrarán información útil para ese fin.

¿Qué cuidados debo tener al preparar el biberón?

Al preparar el biberón para administrar leche materna o fórmulas infantiles (líquidas o en polvo) deberán tomarse algunos recaudos para evitar la contaminación de este alimento:

ANTES DE PREPARAR EL BIBERÓN:

- Es muy importante que todo el material empleado para alimentar a los lactantes y para preparar las tomas haya sido minuciosamente limpiado y esterilizado antes de usarlo:
 - **Lávese las manos** con agua y jabón antes de limpiar y esterilizar el material.
 - Lave con mucho cuidado todos los utensilios involucrados en agua jabonosa caliente. Utilice cepillos exclusivos para esta tarea, los cuales deben encontrarse limpios al frotar el interior y el exterior de los biberones. Enjuague con agua segura.
 - Esterilice las mamaderas y las tetinas. Consulte con el pediatra los métodos adecuados para ello. Evite el contacto del material ya esterilizado con las manos.
 - Para reconstituir la fórmula en polvo, utilice agua hervida (durante al menos tres minutos) y enfriada hasta no menos de 70°C en el momento

de su utilización. Para llegar a esa temperatura, se dejará enfriar el agua un máximo de 30 minutos después de la ebullición.

- Asegúrese de que la cuchara o medida utilizada para servir la porción necesaria se encuentre perfectamente limpia y seca. No la deje guardada en el interior de la lata. Lávela con agua y detergente después de cada uso.
- No suministre al bebé aquellos productos cuyas características organolépticas (color, olor, sabor) sean diferentes a las habituales.
- *Proteja los productos alimenticios destinados al consumo de su bebé de la contaminación a través del ambiente:*
 - Cuando adquiera las latas de fórmula infantil considere, al elegir el tamaño del envase, que es conveniente consumir el producto en su totalidad antes de los 30 días de abierto. Verifique que el producto no se encuentre vencido.
 - Mantenga siempre el envase bien tapado.
 - Asegúrese de que la lata que contiene el alimento en polvo sea almacenada en un lugar limpio y seco.

AL PREPARAR EL BIBERÓN:

- Prepare cada mamadera inmediatamente antes de su consumo.
- **Lave y desinfecte la superficie** sobre la que vaya a prepararse el alimento.
- Antes de la preparación de la mamadera, **lávese siempre las manos** minuciosamente con agua y jabón.
- Si utiliza fórmula infantil, siga las instrucciones que se indican en el rótulo del producto para su preparación, utilizando las cantidades especificadas. Las fórmulas infantiles son productos balanceados para cubrir las necesidades nutricionales del bebé; por lo tanto, preparaciones más concentradas o más diluidas podrían causar daño al niño.
- Si prepara fórmula en polvo, utilice el agua hervida, entíbiela hasta unos 70°C, colóquela en un biberón limpio y añada una cantidad medida de polvo (número de cucharadas). Agite enérgicamente y enfríe hasta una temperatura adecuada para beber (prueba en el dorso de la mano).
- No caliente alimentos dentro del biberón. Antes de llenarlo, deje entibiar las bebidas calientes.
- Minimice el tiempo entre la preparación y su administración. Deseche todo preparado que no se haya utilizado en un plazo de dos horas.
- Reemplace el biberón cuando presente evidencias de desgaste (rayones, grietas, pérdida de color).

DESPUÉS DE ADMINISTRAR EL BIBERÓN:

- Deseche los restos de leche que hayan quedado en la mamadera, lávela minuciosamente y esterilícela nuevamente.
- Nunca recaliente productos que hayan sido ofrecidos al bebé o probados por el niño.

Si por algún motivo debiera prepararse un biberón con anticipación a la ingesta, deberá asegurarse de que el mismo permanezca refrigerado (a temperaturas menores de 5°C) hasta el momento de su consumo.

Las fórmulas infantiles en polvo, ¿son alimentos estériles? ¿Cómo puede contaminarse la fórmula para lactantes?

Es importante señalar que los preparados en polvo para lactantes que cumplen las normas actuales no son productos estériles. No se ha podido desarrollar aún un método, utilizando la tecnología disponible, para producir preparados estériles de este tipo sin alterar sus propiedades nutricionales.

No se recomienda utilizar fórmulas infantiles en polvo si existieran alternativas a ello.

La leche materna debe ser siempre la primera opción, ya que provee toda la energía y nutrientes que el bebé requiere durante los primeros meses de vida y cubre hasta la mitad de sus necesidades nutricionales durante su segundo semestre de vida. Además, promueve el desarrollo sensorial y cognitivo, protege al pequeño de infecciones y enfermedades crónicas, reduce la mortalidad infantil debida a enfermedades tales como diarrea o neumonía y ayuda a una pronta recuperación de las infecciones. En caso de no ser la lactancia materna una opción, son de preferencia los alimentos líquidos listos para consumir (fórmulas líquidas) ya que son sometidos a un proceso térmico en el envase cerrado, disminuyendo el riesgo de recontaminación con bacterias patógenas.

Existen tres rutas básicas a través de las cuales una bacteria puede contaminar la fórmula infantil:

- A través de las materias primas/ingredientes utilizados para elaborar el alimento.
- Por contaminación de los alimentos u otros ingredientes secos luego de la pasteurización (contaminación intrínseca).
- Por contaminación de la fórmula al ser reconstituida en el hogar/institución, en forma previa a su administración (contaminación extrínseca).

¿Qué bacterias pueden contaminar las fórmulas infantiles en polvo?

Enterobacter sakazakii es una bacteria perteneciente a la familia *Enterobacteriaceae*, la cual contiene numerosas especies encontradas en el tracto gastrointestinal de animales y humanos y en el ambiente. Este microorganismo ha sido relacionado con brotes de meningitis y enteritis, especialmente en niños menores de un año, a través de fórmulas para lactantes. El grupo con mayor riesgo

de sufrir la infección incluye los neonatos (hasta 28 días), particularmente los nacidos antes de término, los que presentan bajo peso al nacer y/o los inmunocomprometidos. Dado que la bacteria es un patógeno oportunista, posee bajo riesgo para los niños saludables nacidos a término. Sin embargo, en el grupo de riesgo puede ocasionar una enfermedad seria.

Los preparados en polvo reconstituidos son probablemente un vehículo normal en la transmisión de *Salmonella* a los lactantes, pero es más probable que se produzca la contaminación en el ámbito del preparador o del entorno de preparación que en el proceso de fabricación. La mayoría de los casos de salmonelosis en lactantes de los que se tiene evidencia se deben a una contaminación durante su manipulación.

¿Qué es el Bisfenol A (BPA)? ¿Cómo llega el BPA a los alimentos?

El Bisfenol A, más comúnmente conocido como BPA, es una sustancia química ampliamente utilizada en la fabricación de policarbonato y resinas epoxi. El mismo es utilizado desde hace más de 40 años en la fabricación de envases y materiales en contacto con alimentos: el policarbonato se utiliza en muchos productos de consumo, como utensilios de cocina, botellas de agua reutilizables y biberones, mientras que las resinas epoxi se usan para recubrir interiormente envases de hojalata y latas de bebida.

Según evidencia científica, cuando estos materiales se calientan en determinadas condiciones, existe el riesgo de que pequeñas cantidades de BPA se desprendan de los recipientes que contienen alimentos y bebidas, pasando a estos productos, y pudiendo ser ingeridas.

¿Qué cuidados deben tenerse para minimizar la exposición de los lactantes al BPA?

A pesar de que no existe evidencia suficiente de la toxicidad del BPA para las personas, la ANMAT ha decidido preventivamente, mientras la comunidad científica internacional reúne más información, prohibir la importación, fabricación y comercialización de biberones con este componente.

Si Ud. posee una mamadera que contiene BPA o no está seguro sobre si la misma lo contiene, *no es necesario que la deseche*. Si el biberón no presenta evidencia de

desgaste, puede evitar la exposición de su bebé al BPA siguiendo estas sencillas recomendaciones:

1. Respete las **indicaciones que el pediatra** le brinde para la alimentación del bebé.
2. Deseche y reemplace los biberones cuando presenten **evidencias de desgaste** (rayones, grietas, pérdida de color).
3. **Cuidados con la temperatura:** sea cuidadoso al calentar el alimento de su bebé.
 - No caliente alimentos (leche materna o fórmula) dentro del biberón. Siempre deje entibiar el alimento caliente previo a su llenado.
 - Esterilice las mamaderas siguiendo las indicaciones de su pediatra. Si esteriliza por inmersión, antes de utilizarla deje escurrir por goteo. Enfríe los biberones después de la esterilización y antes de agregar el alimento.

¿Cuán altos son los riesgos de exposición al BPA?

Estudios recientes reportaron efectos producidos en animales de laboratorio, incluso a dosis bajas de Bisfenol A. Pese a ello, no se ha demostrado que sea perjudicial para la salud de los niños o adultos. Estos nuevos estudios generaron preocupación sobre la seguridad del Bisfenol A, por los posibles efectos del mismo en el cerebro, en el comportamiento, y en la glándula de la próstata en los fetos, infantes y niños pequeños

Los seres humanos poseemos sistemas de eliminación de BPA de nuestro organismo, por lo que no hay un alto riesgo en la utilización de envases que lo contengan. Sin embargo, los lactantes entre tres y seis meses, alimentados con biberones de policarbonato, son los más expuestos por no poseer completamente desarrollado el mecanismo para eliminar este tipo de sustancia. De todas maneras, la European Food Safety Authority (EFSA) indica que la ingesta de BPA por utilización de mamaderas de policarbonato no superaría la ingesta diaria tolerable

Más información sobre alimentación segura de lactantes:

Organización Mundial de la Salud:

Lactancia Materna.

Enterobacter sakazakii y otros microorganismos en los preparados en polvo para lactantes. Informe de la reunión.

Preparación, Almacenamiento y Manipulación en condiciones higiénicas de preparaciones en polvo para lactantes. Directrices.

BISFENOL A (BPA) – Estado actual de los conocimientos y medidas futuras de la OMS y la FAO

Ministerio de Salud de la Nación

Lactancia materna

ANMAT y Organización Panamericana de la Salud

Seminario virtual “Envases y materiales en contacto con alimentos”

Agencia Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA)

Bisphenol A (en inglés)

Sociedad Argentina de Pediatría:

Lactancia Materna