

## Hrănirea bebelușilor și a copiilor mici - Lucruri de reținut

Rețineți:

Bebelușii și copiii sub 2 ani sunt extrem de vulnerabili în situații de urgență.

Ceea ce a funcționat când erați acasă – atât dumneavoastră, cât și refugiații – e posibil să nu fie sigur în situații de urgență. Incercați să nu lăsați experiențele personale să vă influențeze.

Alăptatul salvează vieți în situații de urgență. Mamele trebuie încurajate și sprijinite să continue să alăpteze până copilul are doi ani.

Stresul, oboseala, boala sau dehidratarea NU vor contribui la epuizarea resurselor de lapte matern, dar le pot lăsa această IMPRESIE. Incurajați mamele să continue alăptarea.

Dacă o mamă hrănește mixt (atât la sân, cât și cu lapte praf) și dacă s-a oprit din alăptat în ultimele două săptămâni, ea trebuie încurajată să reia alăptatul, pe care să îl repete la 2-3 ore și pe care să îl completeze numai ULTERIOR cu lapte praf.

Bebelușii sub 6 luni au nevoie fie de alăptare, fie de lapte praf.

Bebelușii de peste 6 luni (dacă nu sunt alăptați) pot fi hrăniți cu lapte nedegresat de vacă sau capră, însoțit de mâncare UHT plus. Laptele praf nu este necesar.

Prepararea laptelui praf:

Formula Ready to Use (Gata de folosit) este cea mai sigură. Formula pe bază de praf nu este sterilă, poate fi contaminată și necesită preparare atentă.

Sticlele conțin germeni. Paharele sunt mai ușor de spălat sau puteți folosi pahare de unică folosință. Toți bebelușii pot fi hrăniți cu paharul, chiar dacă nu sunt obișnuiți cu asta.

Toate ustensilele de hrănit trebuie curățate cu atenție

Sticlele și paharele trebuie spălate cu apă fierbinte și săpun înainte de sterilizare.

Ideal, laptele formulă trebuie să fie preparat cu apă fiartă la peste 70 de grade Celsius pentru a omorî bacteriile care ar putea fi prezente în apă sau în praf.

Laptele formulă nu trebuie pregătit de dinainte. Dacă nu există altă opțiune, acesta trebuie răcit la frigider înainte de a fi folosit. Laptele formulă poate fi ținut într-o geantă termoizolantă alături de cuburi de gheață un maxim de 4 ore sau maxim 2 ore fără gheață

Pentru mai multe informații și pentru acces la flyer-ul 'Hrănirea bebelușului în timpul călătoriei' pe care puteți să-l dați părinților, vizitați [www.ennonline.net/guidelinesjycffeedingsupporttransit](http://www.ennonline.net/guidelinesjycffeedingsupporttransit)