
Lactancia artificial y biberón

La leche materna es el mejor alimento para su hijo durante los primeros meses de vida.

Cuando no se inicia la [lactancia materna](#) o se suspende pronto por distintas causas (enfermedades, deseos personales u otros motivos), se debe usar un sucedáneo de la leche de madre: la "leche artificial" o fórmula adaptada.

Antes de dar un biberón, consulte con su pediatra y/o enfermero. Con algunos consejos, y paciencia, se podrá seguir con la lactancia materna. Será bueno para la madre y el niño.

¿Cuándo introducir la lactancia artificial?

La [Asociación Española de Pediatría \(AEP\)](#) recomienda la lactancia materna como alimento exclusivo del niño en los 6 primeros meses de vida y como parte de su alimentación [hasta los dos años de vida o más](#).

Por lo tanto, salvo aquellos casos en los que por alguna enfermedad de la madre o del niño sea preciso, no hay ninguna causa para introducir lactancia artificial. Recuerde que las papillas también pueden hacerse con leche materna o con agua.

¿Qué leche artificial elegir?

La leche artificial puede derivar de leche de vaca o de soja. El uso de la leche de soja no tiene ventajas sobre la leche de vaca. Sólo se recomienda en casos poco frecuentes ([galactosemia](#) o deficiencia hereditaria de lactosa) o en aquellos casos en los que se quiere una [dieta vegetariana](#) estricta.

¿Leche de inicio o de continuación?

En Europa las leches artificiales se clasifican en leches de inicio (para niños de menos de 5-6 meses) y leches de continuación (hasta los 12-15 meses). Las segundas tienen una mayor concentración de [proteínas](#) e hierro. En Estados Unidos no hay esta diferencia.

Ambos tipos de leches (inicio y continuación) están disponibles en el mercado en forma de polvo (más baratas) y en forma líquida (más fáciles de usar).

A partir de los 12 meses se puede usar [leche entera de vaca](#)

¿Hay que elegir alguna marca?

No, no hay que elegir ninguna marca determinada. Todas cumplen los requerimientos de las sociedades científicas. Además puede cambiar de marca de leche tantas veces como quiera.

¿Qué biberón tengo que comprar? ¿Qué tetina?

Cambie el biberón cuando no vea bien las marcas de medida de leche. Así se evitan errores en la preparación.

Hay que revisar las tetinas periódicamente porque pueden romperse al ser mordidas por los niños.

No haga más grandes los agujeros de las tetinas. Vienen preparados para que la leche salga de forma continua, no a chorro y así evitar que el niño se atragante.

¿Hay que comprar agua especial para el biberón del niño?

Si en su ciudad o pueblo hay buen control sanitario del [agua para el consumo](#) puede usar el agua fría del grifo. Deje correr un poco el agua antes de recogerla.

Si en su localidad no hay un control adecuado del agua o tiene dudas (obras recientes, mal olor del agua), emplee agua envasada pero de bajo contenido en sales minerales (poco mineralizada)

¿Cómo se prepara un biberón?

Antes de preparar el biberón, lávese las manos con agua y jabón. La preparación de la leche en polvo es igual, con cualquier marca de leche:

- Caliente el agua, sin llegar a hervir, para facilitar la dilución del polvo. Es mejor no usar el microondas pues calienta de forma desigual y puede dar lugar a quemaduras accidentales del bebé.
- Añada primero el agua al biberón
- Añada luego un cacito de leche en polvo por cada 30 ml de agua (por ejemplo, 90 ml de agua serían 3 cacitos). Respete siempre esa proporción. Use siempre el cacito que viene con el bote de leche en polvo.

Una vez diluido (o si elige usted una preparación líquida), ofrézcasela a su hijo a la temperatura que él prefiera (fría, caliente o templada). No pierda el tiempo en hacer piruetas o en volver a calentar la leche. Si el niño tiene hambre, se la beberá.

¿Cómo se debe dar el biberón?

Ponga a su bebé en posición semiincorporada o sea, ni sentado ni tumbado, sino recostado. El biberón se debe colocar de tal forma que la tetina esté siempre llena de leche. No le fuerce a tomar todo lo que haya preparado. La leche que sobra debe desecharse.

¿Puedo preparar leche para varias tomas?

Sí. Se puede preparar leche para varios biberones, siempre que éstos se vayan a tomar en menos de 24 horas. Se deben guardar en el frigorífico a una temperatura menor o igual a 4 °C.

Cuando se lo vaya a dar, caliéntelo y ofrézcaselo al niño en la hora siguiente a sacarlo del frigorífico.

¿Cómo limpio el biberón y las tetinas?

Se pueden lavar en el lavavajillas. Si no lo tiene, límpielos con un escobillón, detergente y agua caliente y déjelos secar. No los seque con una bayeta. No hace falta hervir los biberones. Con lavarlos es suficiente.

¿Cuándo es aconsejable suspender el uso del biberón?

El agua sola puede darse en biberón o en cuchara. A partir de los 12-14 meses de edad el niño ya será capaz de tomar los líquidos con vaso. Entonces el biberón podrá dejarse de utilizar.

Problemas dentales relacionados con el uso del biberón

No es aconsejable su uso después de los 4 años por el riesgo de [maloclusión dental](#).

Otro problema son las llamadas "[caries del biberón](#)". Se deben al contacto continuo de azúcar con los dientes del niño. Por ello, no dé a su hijo biberones con zumos u otras bebidas azucaradas.

Más información...

- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [Características de la leche artificial](#)
- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [La leche de inicio y sus características](#)

Fecha de publicación: 10-10-2011

Autor/es:

- [Enrique Criado Vega](#). Pediatra. Servicio de Neonatología (Pediatría). Hospital Clínico "San Carlos". Madrid
- [Manuel Merino Moína](#). Pediatra. Asesor interno del Comité Asesor de Vacunas AEP.. Centro de Salud "El Greco". Getafe (Madrid)

