



Cómo alimentar a un bebé con un vasito durante las emergencias

Enlace a la versión accesible: www.cdc.gov/infant-feeding-emergencies-toolkit/php/cup-feeding.html

Amamantar es la manera más segura de alimentar a un bebé durante un desastre natural. Usar un biberón y una tetina para alimentar a un bebé con fórmula o leche materna extraída durante una emergencia puede ser peligroso si no hay agua segura disponible para limpiar los artículos debidamente. La alimentación con un vasito es otra manera de alimentar a los bebés cuando estos no pueden alimentarse directamente de la mama y cuando no se pueden limpiar debidamente los artículos para alimentarlos. La alimentación con un vasito se puede usar con bebés de todas las edades y también es segura para los bebés prematuros y muchos bebés enfermos.

Estas instrucciones son para bebés que toman leche materna, pero que no pueden alimentarse directamente del pecho. También se puede alimentar con un vasito a los bebés que toman fórmula. En el caso de los bebés que se alimenten con fórmula, la que viene lista para usar es la opción más segura.

Instrucciones y consejos para alimentar con un vasito:

Suministros:



Un vasito de plástico o de papel desechable, como los que vienen con los medicamentos o los que se usan en el baño.



Un paño o babero desechable para recoger la leche que se derrame.

Antes de alimentar con un vasito:



Lávese siempre las manos antes de alimentar al bebé con un vasito. Si no tiene agua segura disponible, use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.



Asegúrese de que el bebé esté despierto y listo para alimentarse.



Llene 2/3 del vasito con [leche materna extraída](#) o con fórmula para bebés lista para usar.



Si es necesario, envuelva al bebé con una manta para que sus manitos no pasen a llevar el vasito.

Alimentación con un vasito paso a paso:

1. Sostenga al bebé cerca de su cuerpo en posición vertical.
2. Use su mano o brazo para apoyar la cabeza, el cuello y el cuerpo del bebé.
3. Coloque el borde del vasito sobre el labio inferior del bebé.
4. Incline el vasito ligeramente de manera que la leche apenas toque los labios del bebé.
5. El bebé usará la lengua para lamer o sorber la leche del borde del vasito. NO eche la leche en la boca del bebé.
6. Vaya despacio y dele tiempo al bebé para que descansa después de que trague un sorbo, pero mantenga el vasito tocando el labio del bebé.
7. Mantenga el vasito lo suficientemente inclinado como para que la leche esté al borde del vasito.
8. Sáquele el aire al bebé según lo necesite durante la alimentación.
9. Cuando el bebé haya tomado lo suficiente, se negará a tomar más. Algunas de las señales de que su bebé está satisfecho pueden ser, entre otras:
 - Cierra la boca.
 - Aleja la cabeza del vasito.
 - Relaja las manos.
 - Mueve las manos o hace ruidos.

La cantidad de leche que su bebé tome dependerá de la edad que tenga. Hable con un proveedor de atención médica para asegurarse de que su bebé esté recibiendo lo que necesite.

10. Deseche el vasito y la leche que haya sobrado después de la alimentación. Si lo único que tiene disponible es un vasito reutilizable y hay agua segura para lavarlo, [lave bien el vasito](#) con agua caliente y jabón después de cada uso y guárdelo en un lugar seco y protegido.



Adaptado de Baby-friendly Hospital Initiative training course for maternity staff: participant's manual Ginebra: Organización Mundial de la Salud y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef), 2020. www.who.int/publications/i/item/9789240008915

