

Formula Feeding



Two Rivers Public Health Department
GROWING TOGETHER FROM BUMP TO BABY

Happy belly, growing baby, happy heart.

Feeding Schedules

First Days

- Formula-fed, offer 1–2 ounces every 2–3 hours during the first few days, or more if they show signs of hunger.
- Most newborns feed 8–12 times in 24 hours.

First Weeks and Months

- Feed every 3–4 hours. In the first few weeks, you may need to wake your baby for feedings. Gently pat, stroke, change their diaper, or undress them slightly to help wake them.
- Some feedings will be longer than others, and that's normal. Most babies will eat until they are full and then stop on their own.

6 to 12 Months Old

- Most babies 6–12 months old eat about 5–6 times a day, including formula and solid foods.
- As your baby eats more solid foods, they will gradually need less infant formula.

12 to 24 Months Old

- At 12 months, transition from infant formula to plain, unsweetened whole cow's milk or a fortified, unsweetened dairy alternative. Introduce the new milk gradually by replacing one bottle at a time.

Infant Formula

When Choosing Infant Formula

There is no single "best" infant formula. Choose a formula made specifically for infants. In the United States, infant formulas are regulated by the FDA to meet nutrition and safety standards. An iron-fortified formula is recommended. Most infant formulas sold in the United States already contain added iron.

- Check the expiration date.
- Make sure the container is sealed and undamaged.
- Do not use formula if the container is leaking, bulging, or rusted.
- Choose a formula made for infants, not toddlers.

Homemade Formula

Do not use homemade infant formula. It may not provide the right nutrients and can increase the risk of contamination, making your baby sick.

Imported Formula

Some imported formulas are marketed as "natural" or "organic," but there is no evidence they are healthier than formulas sold in the United States. Only use formulas that are FDA-approved and avoid products from unauthorized online sellers.



Fórmula

Alimentación



Two Rivers PUBLIC HEALTH DEPARTMENT
GROWING TOGETHER FROM BUMP TO BABY

Barriga feliz, bebé creciendo, corazón feliz.

Horarios de alimentación

Primeros días

- Si se alimenta con fórmula, ofrézcale de 1 a 2 onzas cada 2 o 3 horas durante los primeros días, o más si muestra signos de hambre.
- La mayoría de los recién nacidos se alimentan entre 8 y 12 veces en 24 horas.

Primeras semanas y meses

- Dale de comer cada 3-4 horas. Durante las primeras semanas, es posible que tengas que despertar a tu bebé para las tomas. Dale palmaditas suaves, acarícialo, cámbiale el pañal o desvístelo ligeramente para ayudar a despertarlo.
- Algunas tomas serán más largas que otras, y eso es normal. La mayoría de los bebés comen hasta saciarse y luego paran solos.

De 6 a 12 meses de edad

- La mayoría de los bebés de entre 6 y 12 meses comen entre 5 y 6 veces al día, incluyendo leche de fórmula y alimentos sólidos.
- A medida que su bebé coma alimentos más sólidos, gradualmente necesitará menos leche de fórmula.

De 12 a 24 meses de edad

- A los 12 meses, cambie la fórmula infantil por leche entera de vaca sin azúcar o una alternativa láctea fortificada sin azúcar. Introduzca la nueva leche gradualmente, reemplazando un biberón a la vez.

Fórmula infantil

Al elegir la fórmula infantil

No existe una fórmula infantil "mejor" que otra. Elija una fórmula diseñada específicamente para bebés. En Estados Unidos, las fórmulas infantiles están reguladas por la FDA para cumplir con los estándares de nutrición y seguridad.
Se recomienda una fórmula enriquecida con hierro. La mayoría de las fórmulas infantiles que se venden en Estados Unidos ya contienen hierro añadido.

- Comprueba la fecha de caducidad.
- Asegúrese de que el recipiente esté sellado y en buen estado.
- No utilice la fórmula si el envase tiene fugas, está abultado o está oxidado.
- Elige una fórmula para bebés, no para niños pequeños.

Fórmula casera

- **No utilice leche de fórmula casera para bebés. Puede que no proporcione los nutrientes adecuados y aumenta el riesgo de contaminación, lo que podría enfermar a su bebé.**

Fórmula importada

- **Algunas fórmulas importadas se comercializan como "naturales" u "orgánicas", pero no hay evidencia de que sean más saludables que las fórmulas vendidas en Estados Unidos. Utilice únicamente fórmulas aprobadas por la FDA y evite los productos de vendedores en línea no autorizados.**