



# Preparándonos para el Huracán Florence: Seguridad de Alimentos para Bebés

## Leche Materna

La leche materna puede contribuir al crecimiento de bacterias dañinas si se deja a temperaturas mayores de 41°F durante más de dos horas. Considere lo siguiente cuando almacene leche materna para una tormenta.

- Congele la mayor cantidad de su leche que le sea posible. Ponga las bolsitas o botellas de leche selladas a congelar en bolsas de un cuarto de galón que tengan agua para permitir una capa adicional de hielo
- Congele la leche en porciones individuales para que no descongele más de lo que usará
- Use agua segura y potable cuando caliente las botellas.
- Use recipientes limpios y desinfectados para calentar la leche.



Es importante conservar la leche materna, la fórmula y los alimentos para bebés a temperaturas seguras para mantener a los bebés y a los niños pequeños saludables. Considere estos pasos para cuando se prepare y se recupere de una tormenta.

## Mantenga la Leche y la Comida Fría

Es importante mantener la leche materna, la fórmula preparada para bebés, los purés para bebés abiertos o hechos en casa, y los cereales preparados a una temperatura de 41°F o menos por su seguridad. Si estos alimentos se encuentran a más de 41°F durante más de dos horas deberán desecharse. Considere lo siguiente:

- Llene neveras/hieleras con hielo o hielo seco
- Compre hielo o congele envases/botellas de agua para hacer hielo.
- Compre o coloque un termómetro de refrigerador y un termómetro digital para alimentos para medir la temperatura de los mismos.

## Agua para Calentar Leche y Preparar Alimentos

- Use agua embotellada siempre que sea posible.
- El agua clara proveniente de fuentes cuestionables debe dejarse hervir durante 1 minuto y dejarse enfriar antes de usarse.
- El agua puede tratarse con cloro sin aroma. Para agua limpia, agregue 1/8 cucharadita de cloro por galón de agua. Para el agua turbia, agregue 1/4 cucharadita de cloro por galón de agua. Deje reposar por 30 minutos antes de usarla.

## Comida para Bebés

- Si es posible, utilice fórmula y alimentos para bebés envasados comercialmente en latas, frascos o bolsas.
- No permita que los alimentos en recipientes no impermeables entren en contacto con las aguas de la inundación.
- Evite descongelar alimentos en agua o a temperatura ambiente.
- No deje los alimentos a una temperatura mayor de 41°F durante más de 2 horas (una hora si la temperatura de los alimentos es 90°F o más).
- Recaliente los alimentos de bebés que estén refrigerados o congelados a por lo menos 165°F.