

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ORIENTAÇÕES PARA LACTÁRIO

Qual o melhor alimento para bebês?

O leite materno é o melhor alimento a ser oferecido para os bebês, por sua qualidade única e inigualável. A recomendação atual é que o bebê receba o leite materno já na primeira hora de vida, mantendo o aleitamento materno exclusivamente até o sexto mês e sendo prolongado por dois anos ou mais. Lembramos que o CMEI tem o papel fundamental de incentivar a continuidade do aleitamento materno, promovendo a saúde e o afeto para a mãe e a criança.

Na inviabilidade da oferta de leite materno, este deverá ser substituído pela fórmula láctea infantil apropriada para a faixa etária por ser mais adequada ao organismo imaturo do bebê que o leite de vaca.

O que é Fórmula Infantil?

A fórmula infantil é o leite de vaca modificado, desenvolvido para atender as necessidades nutricionais de bebês (até 1 ano de idade) quando não for possível o aleitamento materno e/ou para complementá-lo.

Para bebês com **menos de 6 meses** é indicada a Fórmula Infantil de Partida (fórmula 1).

Para bebês de **6 meses até 12 meses** é indicada a Fórmula Infantil de Seguimento (fórmula 2).

Apresentação dos produtos:

Essas são as fórmulas infantis atualmente enviadas pela Secretaria de Educação:



FÓRMULA 1:
DE PARTIDA



FÓRMULA 2:
DE SEGUIMENTO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Embalagem: lata de alumínio com tampa plástica protegida por lacre plástico e vedação com selo em alumínio.

Peso líquido: 400g ou 800g

Prazo de Validade:

Lata fechada - validade conforme impressa na embalagem.

Lata aberta - 30 dias de validade após abertura (desde que não ultrapasse a validade impressa na embalagem).

Como calcular o volume de fórmula que deve ser diluído em cada refeição?

Para calcular os volumes de água e fórmula láctea em pó que deverão ser utilizados no preparo das fórmula 1 e fórmula 2, verifique a frequência de bebês e a idade de cada um. Os menores de 6 meses receberão fórmula 1 e a partir de 6 meses, os bebês receberão fórmula 2. O volume que cada bebê deve receber por porção varia conforme as faixas etárias indicadas no quadro abaixo:

Quadro 1 - Volume adequado por faixa etária:

Idade do bebê	Tipo de fórmula	Água a 70 ° C (mL)	Peso (g)	Medidas niveladas	Porcionamento da fórmula pronta
1 a 2 semanas	Fórmula 1	90	13,5	3 colheres dosadoras	100 ml
3 a 4 semanas	Fórmula 1	120	18	4 colheres dosadoras	130 ml
1 mês	Fórmula 1	120	18	4 colheres dosadoras	130 ml
2 meses	Fórmula 1	150	22,5	5 colheres dosadoras	160 ml
3 a 4 meses	Fórmula 1	180	27	6 colheres dosadoras	200 ml
5 meses	Fórmula 1	210	31,5	7 colheres dosadoras	230 ml
6 a 12 meses	Fórmula 2	210	33	7 colheres dosadoras	230 ml

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Atenção!! Siga fielmente a quantidade de água e de pó correspondente ao volume que você necessita preparar. Utilizar menos fórmula em pó ou mais água que o necessário, poderá comprometer a nutrição do bebê e mais fórmula em pó ou menos água pode provocar desidratação.

Dicas para medir a quantidade de fórmula em pó corretamente:

Recomendamos o uso da balança eletrônica de cozinha para tornar mais prática a dosagem da quantidade de pó para o preparo das fórmulas. Na ausência da balança, utilize a colher dosadora ou copo americano.



Ao utilizar a colher dosadora, encha-a de fórmula e retire o excesso, nivelando-a na borda da lata ou com a espátula de encaixe da medida dosadora.

Orientações para o Preparo:

- Lave bem as mãos ao iniciar a atividade, conforme anexo 1.
- Antes de usar a lata de fórmula infantil, deve-se:
 - Limpar com uma esponja macia e limpa, umedecida em água e detergente, removendo-se todas as sujidades;
 - Secar a lata com um pano seco e limpo ou papel de cozinha descartável, aplicar uma solução desinfetante sobre a superfície da lata seca e limpa;
- Identifique a lata de fórmula aberta com a data de abertura e a nova data de validade após aberta;
- Você poderá preparar a fórmula diretamente no utensílio em que irá servir ou em jarra e porcionar a seguir. O importante é medir o volume exato de água previamente fervida a ser utilizado;
- Inicie o preparo da fórmula fervendo a água filtrada por aproximadamente 15 minutos, até que a água atinja 70°C;
- Utilize a balança digital para medir a quantidade de fórmula em pó. Na ausência desta, use a colher dosadora e copo americano. Adicione a quantidade exata da fórmula em pó correspondente ao volume de água previamente medido, conforme a tabela 1 (fórmula 1 ou fórmula 2);

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

- Agitar bem a mistura para homogeneizar o produto e evitar a formação de grumos, atingindo a consistência ideal para o consumo do bebê;
- Resfrie a fórmula láctea em imersão em água fria ou em refrigerador de uso exclusivo do lactário. Ao preparar diretamente em utensílio de servir sem tampa, como no caso de canecas, atenção: o resfriamento deve ser feito em refrigerador de uso exclusivo do lactário, com as canecas protegidas por saco plástico transparente;
- Verifique a temperatura da preparação ou com o auxílio de termômetro ou pingando uma ou duas gotas na parte interna do seu punho. Se ainda estiver muito quente, esfrie mais um pouco antes de oferecer ao bebê (aproximadamente 40°C);
- Ao atingir a temperatura agradável, a fórmula está pronta para ser servida;
- Colete amostra. Não guarde sobras. Meça e registre a temperatura na planilha de controle de temperatura de alimentos distribuídos;
- Após a reconstituição, recomenda-se que o consumo não exceda 2 horas após o preparo, e caso não ocorrer logo após a reconstituição, a mamadeira deve ser resfriada até 5°C e armazenada na geladeira;
- Lembre-se de não ultrapassar 2 horas de exposição da mamadeira à temperatura ambiente para o consumo. Se o tempo de espera para o consumo ultrapassar as 2 horas, despreze a fórmula infantil para evitar riscos de crescimento de micro-organismos que causam doenças;
- Manter a mamadeira em geladeira por até 24 horas, após esse período desprezar;
- Não armazene a mamadeira na porta da geladeira, pois a abertura constante leva a oscilações na temperatura da fórmula, retirando-se das condições seguras de conservação.

Higiene do ambiente de preparo:

A higiene do ambiente de preparo faz parte de um conjunto de ações preventivas que garantem um local seguro à produção da fórmula infantil, ou seja, livre de possíveis contaminações de superfícies de contato como pias, bancadas e mesas.

Desta forma, deve-se:

- Limpar a superfície de pia, bancada ou mesa, através de processo de fricção com uso de esponja limpa e aplicação de água e detergente;
- Enxaguar a superfície com água fria e remover toda a solução detergente;
- Em seguida, deixar secar naturalmente a superfície, se de material poroso (p. ex. pias de mármore), ou fazer de uso um pano limpo para retirar a água em superfícies lisas (p. ex. pias ou bancadas de aço inox ou fórmica).

Além da limpeza, para se garantir um local seguro para a manipulação da fórmula infantil, é importante usar em seguida as soluções desinfetantes na superfície seca e limpa, como álcool a 70% ou hipoclorito a 1%.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Higiene de utensílios (mamadeira, colher de medidas):

- Diariamente após o uso separe bicos, protetores, arruelas, copinhos e tampas;
- Lave com detergente neutro líquido com escova própria;
- Enxágue em água corrente;
- Coloque em solução de hipoclorito de sódio, diluído conforme orientação do fabricante;
- Normalmente: 01 colher de sopa de hipoclorito para cada litro de água;
- Submergir os utensílios na solução, certificando-se que não se formem bolhas de ar dentro destes;
- Deixar os utensílios por 15 minutos na solução;
- Retirar os utensílios da solução com o auxílio de uma pinça limpa;
- Enxaguar os utensílios em água fria e corrente, para retirar resíduos químicos;
- Colocar os utensílios em cima de uma superfície limpa para secar naturalmente;
- Na ausência de hipoclorito, após a lavagem dos utensílios, ferver as mamadeiras, bicos, arruelas e copinhos por 15 minutos.

MICHELE TABORDA
NUTRICIONISTA - RT
CRN8 - 13455

MANDIRITUBA, ABRIL DE 2024



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS



1 Molhar as mãos e antebraços



7 Esfregar os punhos e antebraços de forma circular.



2 Aplicar o sabonete antisséptico e fazer a higienização por aproximadamente 3 min.



8 Enxaguar as mãos, retirando o sabonete. Evitar o contato direto das mãos com a torneira.



3 Esfregar uma palma contra a outra.



9 Secar as mãos com papel toalha não reciclado.



4 Esfregar o dorso de cada mão com os dedos entrelaçados.



10 Jogar o papel no lixo, utilizando os pés para acionar o pedal da lixeira.



5 Esfregar o polegar de cada mão de forma rotacional.



6 Esfregar as pontas dos dedos e as unhas contra as palmas das mãos de forma circular.



11 Aplicar álcool gel 70% nas mãos e deixar secar naturalmente. Realizar esse procedimento apenas se o sabonete não for antisséptico.

Obs.: Nunca seque as mãos no uniforme.
Deixe as mangas voltarem ao lugar naturalmente.
Mantenha sempre a pia limpa.

LAVE AS MÃOS:



1 Antes e depois da preparação dos alimentos

2 Depois de assoar o nariz, tossir, fumar ou espirrar

3 Depois de mexer no lixo, na horta ou realizar limpeza

4 Depois de cumprimentar alguém

5 Depois de levar as mãos aos cabelos, orelhas, nariz ou boca