

Escasez de fórmula para bebés: consejos para los padres

Como padre o madre, es posible que en este momento le preocupe la alimentación de su bebé durante la actual escasez de fórmula para bebés. En CHN, estamos para ayudarlos y ofrecerles apoyo.

Estos son algunos consejos importantes a seguir si no pueden encontrar la fórmula habitual:



Lo que deben hacer

- **Consideren la posibilidad de probar diferentes marcas de fórmulas.** Hay marcas menos conocidas que son de la misma calidad y tienen los nutrientes que su bebé necesita. Entre ellas, están las siguientes: Carnation Good Start, Parent's Choice y marcas de la tienda.
- **Prueben comprar fórmula en tiendas más pequeñas.** Llamen antes para ver si tienen fórmula disponible.
- **Hagan un "cambio equilibrado".** Esto significa que si le daban al bebé una fórmula a base de leche de vaca, deben cambiarla por una fórmula de leche de vaca de otra marca. Si su bebé toma una fórmula especial por algún motivo médico, cambien a una de otra marca.
- **Si tienen más preguntas,** consulten con un proveedor de CHN. Si la madre está interesada en comenzar a amamantar, pidan hablar con un nutricionista. El profesional puede proporcionarle consejos y apoyo.



Lo que no deben hacer

- **No diluyan (rebajen con agua) la fórmula para que dure más.** Preparen la fórmula con la cantidad de agua y polvo que se indica en las instrucciones del envase.
- **No intenten elaborar su propia fórmula en casa.** Las recetas de "fórmulas caseras" no contienen los nutrientes necesarios para su bebé. Las bacterias (gérmenes) también pueden ingresar fácilmente en la fórmula casera.
- **No utilicen fórmula para niños pequeños si su bebé tiene menos de 9 meses.**
- **No le den leche de vaca a menos que el bebé tenga 11 meses o más.**

Datos importantes que deben saber:

El bebé puede tardar unos días en acostumbrarse a una nueva marca de fórmula. Eso es normal. Es posible que noten cambios en las heces (caca) de su bebé o que este intente rechazar la fórmula, pero esto debería desaparecer con el tiempo.

Recursos en caso de no poder adquirir fórmula:

- **Comuníquense con la oficina local del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños (WIC)** para ver si pueden recibir beneficios del WIC. Para obtener más información, visiten: health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/
Si son beneficiarios del WIC: visiten nyswicvendors.com/find-a-wic-store/ para encontrar tiendas del WIC que puedan tener fórmula disponible.
- Puede utilizar su tarjeta de beneficios del **Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) (cupones de alimentos)** para comprar fórmula.
- **La Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF)** es un programa que ofrece ayuda en efectivo a las familias que cumplen los requisitos. Para encontrar el programa TANF en su estado, visiten: acf.hhs.gov/ofa/map/about/help-families