

Cómo preparar una Botella

- Siempre lave bien sus manos con agua y jabón y desinfecte la botella previo a la preparación.
- Caliente la leche al menos hasta temperatura corporal (~98.6°F/37°C).
- Rocíe Gelmix en polvo, siguiendo las recomendaciones de espesor mostradas a continuación.
- Coloque la tapa y agite durante 30 segundos, hasta que el polvo se haya disuelto por completo.
- Permita que la leche se espese durante 10 minutos. Mantenga la botella cerrada mientras espera.
- Agite nuevamente durante 30 segundos antes de alimentar.



LIGERAMENTE ESPESA (néctar ligero)
añada 2.4g (2 medidas o 1 sobre) por 120 ml



POCO ESPESA (néctar)
añada 2.4g (2 medidas o 1 sobre) por 60 ml



MODERADAMENTE ESPESA (miel)**
añada 2.4g (2 medidas o 1 sobre) por 30 ml

***La consistencia Moderadamente Espesa (Miel) debe ser utilizada solamente bajo supervisión médica. Pasar a través del chupón puede resultar difícil para esta consistencia, incrementando el riesgo de baja alimentación y deshidratación.*

Una báscula pequeña es el método sugerido para medir.

Los tarros de Gelmix incluyen una medida de 1.2g equivalente a media porción.

Los Sobres Individuales contienen una porción completa de 2.4g.

Las Recetas están diseñadas para su uso de acuerdo a las Reglas de IDDSI (vea página 2).

Utilice Leche Tibia

El Calor y la agitación activan las propiedades espesantes de Gelmix. No permita que la Leche materna recientemente extraída se enfríe antes de añadir Gelmix. Es necesario que la Leche se encuentre a temperatura corporal antes de mezclar. Si no se obtiene la consistencia deseada a temperatura corporal, caliente hasta 105°-110°F (40°-43°C).

Consuma inmediatamente o Almacene de forma segura

Para mejores resultados, mezcle Gelmix con Leche Materna tibia recién extraída. Sirva durante las siguientes 2 horas o guarde inmediatamente en su refrigerador. No es recomendado recalentar la leche materna en más de una ocasión.

Utilice la leche espesada hasta 1 hora después de iniciar la alimentación. Deshágase de los residuos de leche en la botella después de alimentar al bebé. La combinación de leche con la saliva del bebé puede causar el crecimiento de bacterias

Leche Materna recién extraída puede ser Espesada hasta con 24 horas de Anticipación

Siga las indicaciones de preparación para mezclar Gelmix con Leche tibia, después almacene inmediatamente en un contenedor esterilizado y sellado dentro del refrigerador. Consuma dentro de las siguientes 24 horas. También es posible congelar esta mezcla hasta por 4 meses.

Recalentando la Mezcla

Para recalentar la mezcla refrigerada, coloque la botella bajo el grifo con agua tibia o dentro de un recipiente con agua tibia por algunos minutos. Evite la entrada de agua en la botella o el chupón ya que esto podría contaminar la mezcla. Siempre revise la temperatura antes de alimentar.

No es necesario recalentar la leche de vuelta a temperatura corporal para alimentar. En caso de servirse fría, la mezcla será un poco más espesa. Utilice la prueba de flujo IDDSI a la temperatura que será servido.

Posibles Efectos Secundarios

Es común un aumento en los gases o una menor consistencia en las heces durante los primeros usos de Gelmix. Este efecto se reduce después de un par de semanas.

En ocasiones añadir gotas para gas o probióticos pueden ayudar, siempre consulte previamente con su pediatra.

Prueba de Flujo IDDSI

- Las variaciones en la leche materna y la temperatura al mezclar tienen un efecto sobre el espesor, por lo que es importante realizar la prueba a la mezcla las primeras 2-3 veces.
- La prueba de flujo de IDDSI es una manera práctica de medir el espesor o flujo del líquido.
- Estas pruebas de flujo están disponibles en www.gelmix.com.
- Para más información y métodos alternativos para medir el espesor pueden consultarse en www.iddsi.org.

El nivel IDDSI depende de la cantidad de líquido que se mantiene en la jeringa después de 10 segundos

Nivel 4: Utilizar la prueba de flujo y la prueba de inclinación de cuchara
Nivel 3: Utilizar la prueba de flujo y prueba de goteo del tenedor

1. Retire el émbolo
Coloque su dedo aquí

2. Cubra la boquilla de la jeringa con su dedo y llene 10 mL

3. Remueva su dedo del extremo de la boquilla al mismo tiempo que inicia el cronómetro.

4. A los 10 segundos, cubra la boquilla y detenga el flujo de líquido.

Verifique su jeringa Escala 0-10 mL = 61.5 mm

© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ <https://iddsi.org/framework>.
Licensed under the Creative Commons Attribution Sharealike 4.0 License.