

# Questions Fréquentes Pour Le Lait Infantile

## Q : Quels sont les bons gestes pour donner le biberon ?

R : Lavez vos mains avant de donner le biberon. Tenez bébé dans une position confortable, semi-allongée. Regardez votre bébé dans les yeux ; les repas sont un moment privilégié pour renforcer le lien affectif.

## Q : Quelle quantité de lait faut-il donner et à quelle fréquence ?

R : Votre nouveau-né ne boira que quelques onces à la fois. Il faudra donner le biberon plus souvent sur une période de 24 heures, car l'estomac de bébé ne peut pas encore contenir de grandes quantités de liquide. Le nombre de biberons changera au fur et à mesure de la croissance de l'enfant et de l'introduction des aliments solides. Voici un guide à titre indicatif :

0-1 mois	15-27 oz/jour
2-3 mois	25-37 oz/jour
4-5 mois	32-42 oz/jour
6-8 mois	21-30 oz/jour
9-12 mois	24-33 oz/jour

L'heure du biberon varie d'un bébé à l'autre. Le nombre de biberons sera réduit chez les bébés qui sont aussi nourris au sein. Révisez le schéma alimentaire de bébé avec votre nutritionniste WIC, votre médecin ou votre infirmière.

## Q : Comment savoir si bébé a bien mangé ?

R : Votre bébé peut refuser de prendre le biberon, fermer ses lèvres ou s'endormir.

## Q : Faut-il réchauffer le biberon ?

R : Certains bébés ne semblent pas refuser les biberons froids. Toutefois, si vous décidez de donner un biberon chaud, réchauffez le biberon au bain-marie ou passez le biberon sous l'eau chaude. Agitez ou mélangez pour bien homogénéiser, puis versez quelques gouttes à l'intérieur du poignet pour vérifier la température. N'utilisez pas le micro-ondes, car il peut créer des points chauds qui peuvent brûler la langue de bébé.

## Q : Quand dois-je faire roter mon bébé ?

R : Chaque bébé est unique en son genre. Vous devriez faire roter votre bébé au milieu de la tétée ou après chaque once et, à nouveau, une fois la tétée terminée. Le rot rend votre bébé plus confortable en évacuant l'air de son estomac.

## Q : Qu'en est-il de l'eau ?

R : L'eau du robinet constitue la meilleure solution pour préparer le lait maternisé. Si vous utilisez de l'eau de source ou de l'eau de votre propre puit, demandez à votre médecin des suppléments fluorurés. Les bébés de moins de 6 mois ne doivent pas boire de l'eau. Les bébés plus âgés peuvent avoir besoin d'eau dans certaines situations, par exemple en temps de canicule. Renseignez auprès de votre médecin si vous avez des questions.

## Q : Puis-je incorporer d'autres ingrédients dans le biberon à part le lait maternel ou maternisé ?

R : Le biberon ne doit contenir que du lait maternel ou du lait maternisé. Si vous optez pour l'alimentation mixte, lait maternel tiré et lait maternisé, il vaut mieux ne pas les combiner dans le même biberon. Donnez d'abord à bébé le lait maternel, puis le lait maternisé s'il ne vous reste plus de lait maternel.

## Q : Quel type de tétine faut-il utiliser ?

R : Pour les nourrissons, il est recommandé de commencer avec une tétine à un trou, puis d'évoluer vers des tétines à deux ou trois trous, adaptées à son âge et à sa succion. Évitez de couper, d'élargir ou d'ajouter des trous dans la tétine du biberon. Ces tétines peuvent entraîner un étouffement, une suralimentation et une ingestion d'air excessive, ce qui peut donner lieu à des flatulences et des coliques.

## Q : Jusqu'à quel âge bébé doit-il boire au biberon ?

R : À partir de 6 mois environ, vous pouvez commencer à donner le lait maternel ou le lait maternisé dans un gobelet pour faciliter la transition. Le programme WIC recommande que bébé boive essentiellement au gobelet dès les 12 mois et exclusivement dès les 14 mois.

## Sécurité, préparation et conservation du LAIT MATERNISÉ CONCENTRÉ :

- o Lavez-vous toujours les mains et rincez le dessus de la boîte avant de préparer le lait maternisé.
- o Secouez bien avant d'ouvrir.
- o Utilisez des biberons, des tétines, des récipients à mélanger et des ustensiles propres.
- o Avant de préparer le lait maternisé, faites couler l'eau du robinet pendant 1 à 2 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit froide au toucher. N'utilisez jamais d'eau chaude du robinet.
  1. Commencez par faire bouillir de l'eau (eau du robinet, en bouteille ou de puits) pendant une minute après l'ébullition. Laissez l'eau refroidir à température ambiante avant utilisation.
  2. Versez le lait maternisé concentré dans un récipient en verre ou en métal propre.
  3. Remplissez le pot vide avec de l'eau et ajoutez-le dans le même récipient.
  4. Mélangez le lait maternisé.
  5. Versez la préparation mélangée dans des biberons ou laissez-la dans un contenant couvert et conservez-la au réfrigérateur jusqu'au moment de l'utiliser.
  6. **Vérifiez toujours la température du lait maternisé préparé sur votre poignet avant la tétée.** Si la température est encore trop chaude, refroidissez le biberon en le tenant sous l'eau courante froide du robinet.

1 boîte (13 oz) du **lait maternisé concentré**  
+ 1 boîte (13 oz) **d'eau**  
= 26 oz de **lait maternisé préparé**

- o Conservez le lait maternisé préparé dans le réfrigérateur pendant 24 heures maximum.
- o Conservez les boîtes de lait maternisé concentré entamées dans le réfrigérateur pendant 48 heures maximum.
- o Ne mettez que la quantité de lait maternisé que votre bébé boit habituellement dans le biberon. Après la tétée, jetez le reste du lait. Ne le conservez pas et ne le réutilisez pas !

## Sécurité et préparation

- Lavez-vous toujours les mains et rincez le dessus de la boîte avant de préparer le lait maternisé.
- Utilisez des biberons, des tétines, des récipients à mélanger et des ustensiles propres.
- Avant de préparer le lait maternisé, faites couler l'eau du robinet pendant 1 à 2 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit froide au toucher. N'utilisez jamais d'eau chaude du robinet.
  1. Commencez par faire bouillir de l'eau (du robinet, en bouteille ou en puits) pendant une minute après l'ébullition. Laissez l'eau refroidir à température ambiante avant utilisation.
  2. Mesurez la quantité d'eau bouillie refroidie (voir les informations de sécurité ci-dessus) et la poudre nécessaire. Ajoutez toujours d'abord l'eau dans la bouteille, puis la poudre. Bien mélangez.
  3. Vérifiez toujours la température du lait maternisé préparé sur votre poignet avant la tétée. Si la température est encore trop chaude, refroidissez le biberon en le tenant sous l'eau courante froide du robinet.

**2 oz d'eau + 1 cuillère de poudre = 2 oz de lait maternisé préparé**

**4 oz d'eau + 2 cuillères de poudre = 4 oz de lait maternisé préparé**

**6 oz d'eau + 3 cuillères de poudre = 6 oz de lait maternisé préparé**

Pour mélanger une grande quantité de lait maternisé dans un récipient :

**29 oz d'eau + 1 tasse de poudre = 32 oz de lait maternisé préparé**

Couvrez toujours le lait et conservez-le au réfrigérateur jusqu'à l'utilisation. En cas de prescription d'un lait particulier par le médecin, assurez-vous de bien suivre les instructions spéciales inscrites sur la boîte.

## Considérations particulières

Si votre bébé a moins de 3 mois, est né prématurément ou présente un système immunitaire affaibli, vous voudrez peut-être prendre des précautions supplémentaires lors de la préparation du lait maternisé infantile, étant donné qu'il n'est pas stérile. Veuillez contacter votre nutritionniste ou votre médecin WIC pour plus d'informations, ou visiter <https://www.cdc.gov/cronobacter/>

## Storage

- Conservez la cuillère, trouvée dans la boîte, séparée de la poudre. Nettoyez la cuillère à l'eau chaude et séchez soigneusement après chaque utilisation.
- La poudre doit être empliée de manière lâche dans une cuillère ou une tasse. N'emballez pas de la poudre en raison du risque de concentration excessive dans le lait maternisé. Mesurez uniquement les cuillères de niveau complet. N'utilisez pas de demi-cuillères.
- Conservez le lait maternisé préparé dans le réfrigérateur pendant 24 heures maximum.
- Ne mettez que la quantité de lait maternisé que votre bébé boit habituellement dans le biberon. Après la tétée, jetez le reste du lait. Ne le conservez pas et ne le réutilisez pas !
- Le lait maternisé en poudre doit être utilisé dans le mois suivant l'ouverture et avant sa date d'expiration.

**1-800-942-1007**

**mass.gov/wic**

  @MassWIC



Form #278 FR, 6/2021

Cette institution offre des opportunités sans discrimination.



**INFORMATIONS  
DE BASE**