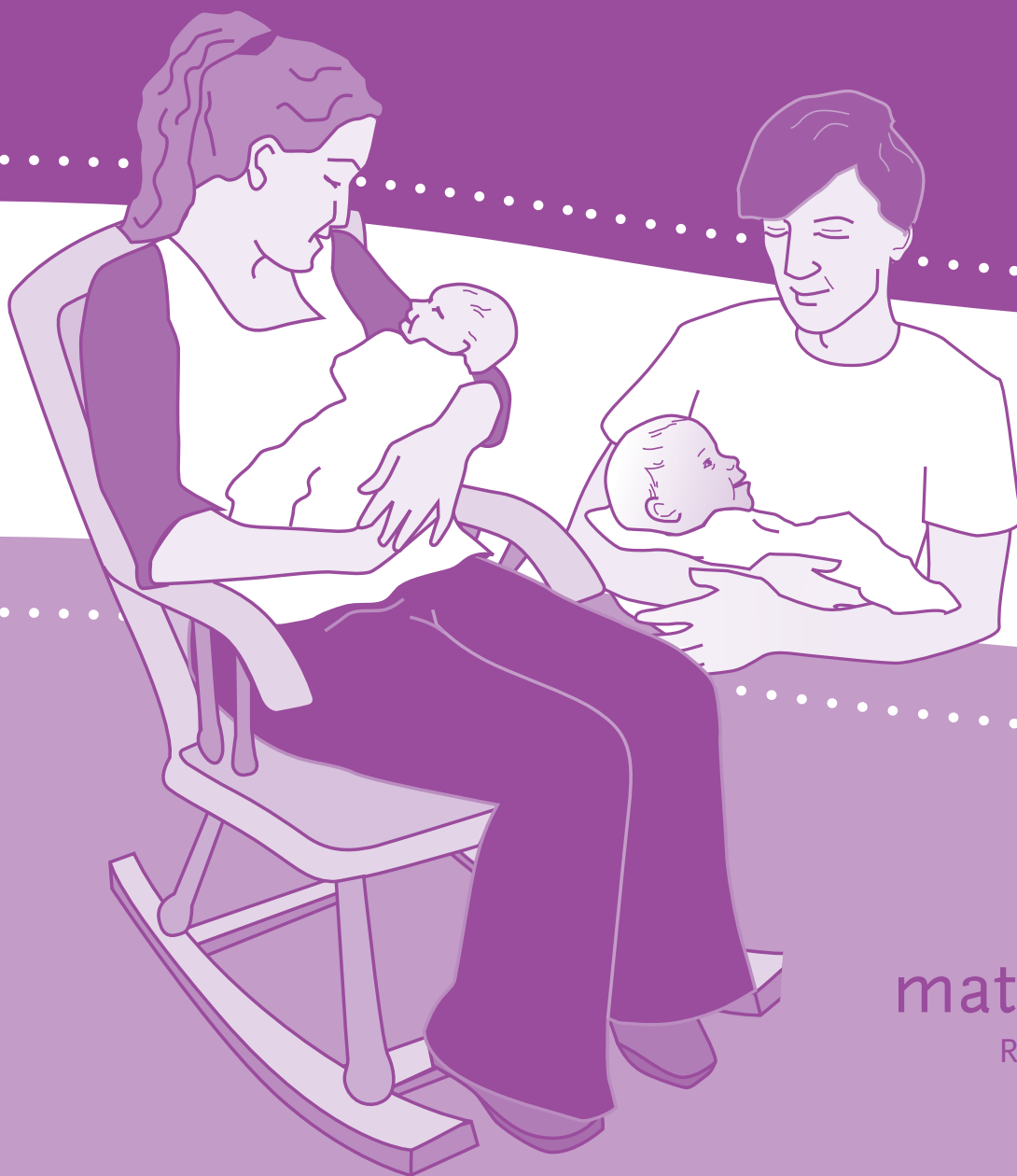


Créer des liens

Vos deux premières années avec bébé

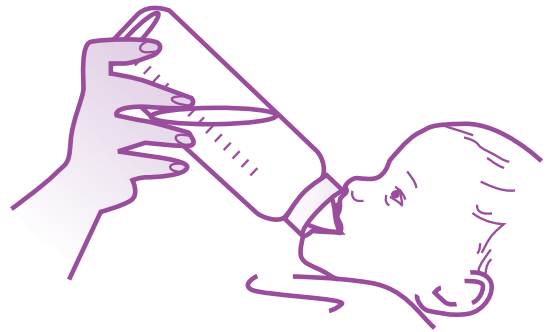


Le lait
maternisé

Révisé en 2013

Nourrir votre bébé au lait maternisé

Le lait maternel est le meilleur choix pour les bébés. Si vous avez besoin de donner autre chose à votre bébé en plus de votre lait, ou si vous ne l'allaitez pas, le lait maternisé enrichi de fer est la deuxième possibilité que vous avez. Votre bébé devrait prendre ce lait comme seule nourriture pendant les six premiers mois.



Vers l'âge de six mois, votre bébé devrait commencer à manger des aliments solides, mais vous devriez continuer à lui donner du lait maternisé jusqu'à l'âge de neuf ou 12 mois.

Ces conseils s'appliquent aux bébés nés à terme et en santé. Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de l'alimentation de votre bébé, parlez-en à votre fournisseur de soins de santé.

IMPORTANT

- À la naissance de votre bébé, l'hôpital lui fournira un type de lait maternisé, mais il existe de nombreuses marques de ce genre de lait, et vous pourrez choisir, à moins que le médecin de votre bébé ne dise qu'il faut un lait spécial.
- Tous les laits maternisés doivent respecter les normes de sécurité fixées par Santé Canada.
- Choisissez un lait maternisé enrichi de fer. Le fer est important pour la santé de votre bébé.
- Achetez dans un magasin un lait maternisé pour bébé à base de lait, à moins que votre fournisseur de soins vous ait dit d'acheter un type particulier. Il y a beaucoup de laits maternisés différents, et ceux qui coûtent moins cher sont tout aussi bons pour votre bébé.
- Vérifiez la date d'expiration du lait maternisé quand vous l'achetez. Ne l'achetez pas si la date d'expiration est passée.
- N'utilisez pas de lait maternisé fait à la maison, parce qu'il ne fournira pas à votre bébé tous les éléments nutritifs dont il a besoin.

La plupart des laits maternisés se présentent sous l'une des trois formes suivantes :

- en poudre
- en concentré liquide
- prêt à servir

Forme	Préparation	Coût	Comment entreposer le lait maternisé une fois le contenant ouvert	Comment longtemps peut-on entreposer le contenant une fois ouvert?
Poudre *Le lait maternisé en poudre n'est pas stérile. Suivez soigneusement les instructions figurant sur la boîte.	<ul style="list-style-type: none"> faites bouillir de l'eau laissez refroidir l'eau ajoutez la poudre selon les instructions figurant sur la boîte 	le moins cher	couvert, dans un endroit frais et sombre	moins de 30 jours
Concentré liquide	<ul style="list-style-type: none"> faites bouillir de l'eau laissez refroidir l'eau mélangez un volume égal d'eau et de concentré liquide 	plus cher	couvert, au réfrigérateur	moins de 48 heures
Prêt à servir	<ul style="list-style-type: none"> utilisez-le tel quel 	le plus cher	couvert, au réfrigérateur	moins de 24 heures

*Ne mélangez pas différents types de lait maternisé (par exemple, du lait en poudre et du lait concentré) quand vous préparez des biberons.

Pour protéger la santé de votre bébé, prenez les mesures suivantes :

- Lavez-vous bien les mains à l'eau et au savon.
- Stérilisez tous les biberons, les tétines, les capuchons et les bagues avant de les utiliser pour nourrir votre bébé, jusqu'à ce que celui-ci ait 4 mois (voir « La stérilisation », page 3)
- Suivez les instructions qui figurent sur la boîte pour faire le mélange nécessaire.
- Faites bouillir l'eau que vous utiliserez pour préparer le lait maternisé. Il est recommandé d'utiliser de l'eau du robinet. Ne vous servez pas d'eau distillée ou en bouteille.
- **NE METTEZ PAS** le lait maternisé au four à micro-ondes. Les fours à micro-ondes réchauffent de façon inégale et il peut y avoir des endroits très chauds, qui peuvent brûler la bouche et la gorge de votre bébé.
- Nourrissez votre bébé en toute sécurité (voir « Comment nourrir votre bébé au lait maternisé », page 7).

La stérilisation

Ce qu'il vous faut



Une grande casserole avec un couvercle



Une brosse à tétine
Une brosse à biberon



Des pinces
Un ouvre-boîte
Un couteau

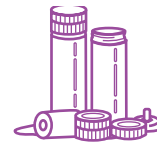
Un verre gradué à mesurer
Une fourchette (pour le lait maternisé en poudre)



6 à 8 biberons
6 à 8 capuchons
6 à 8 bagues

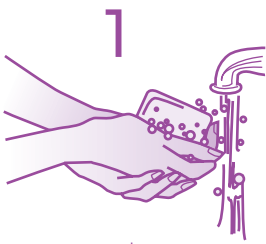
6 à 8 tétines
6 à 8 disques

OU

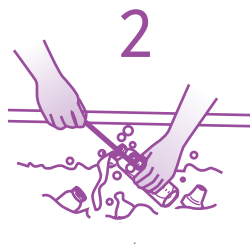


Pour les biberons jetables :
6 à 8 capuchons
6 à 8 bagues
6 à 8 tétines

Comment stériliser



1
Lavez-vous les mains à l'eau et au savon.



2
Lavez toutes les pièces à l'eau chaude savonneuse.



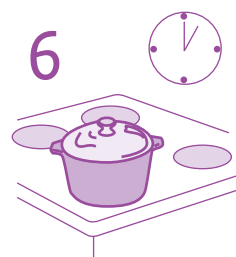
3
Vérifiez que les trous des tétines NE SOIENT PAS bouchés.



4
Rincez toutes les pièces.



5
Mettez le tout dans une grande casserole. Remplissez la casserole d'eau afin que les pièces soient couvertes.



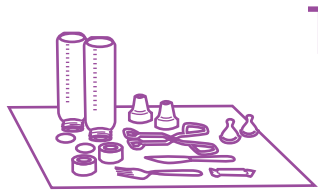
6
Couvrez la casserole et laissez bouillir cinq minutes.



7
Laissez l'eau refroidir. Enlevez les pièces à l'aide des pinces et laissez-les sécher à l'air sur un papier essuie-tout propre.

Comment préparer le lait maternisé en poudre

N. B. : Pour un bébé prématuré ou qui avait une insuffisance pondérale à la naissance et qui est maintenant âgé de moins de deux mois ou pour un bébé malade, consultez un fournisseur de soins pour recevoir des recommandations particulières.



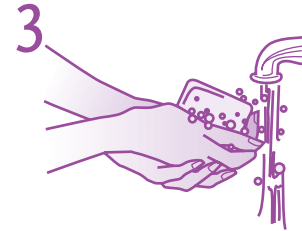
1

Ayez sous la main les pièces de biberons stérilisées (voir « Comment stériliser », page 3).



2

Faites bouillir l'eau à gros bouillons pendant 2 minutes. Laissez-la refroidir pendant 30 minutes (jusqu'à ce qu'elle atteigne 70 °C).



3

Lavez-vous les mains à l'eau et au savon.



4

Lisez l'étiquette pour savoir combien de poudre et d'eau mélanger.



5

Versez l'eau refroidie dans le verre gradué propre.



6

Remplissez de poudre la cuillère qui se trouve dans la boîte. Enlevez l'excédent avec un couteau pour que la cuillère soit rase.



7

Ajoutez le nombre voulu de cuillères de poudre dans l'eau.



8

Mélangez bien.



9

Remplissez les biberons. Utilisez des pinces stérilisées pour mettre les tétines, les disques, les bagues, et les capuchons sur les biberons.



10

Au moment de donner le biberon au bébé, vérifiez toujours la température du lait à l'intérieur de votre poignet. S'il est trop chaud, passez le biberon sous l'eau froide. Lorsque les gouttes de lait sur votre poignet sont à la bonne température, nourrissez le bébé.



11

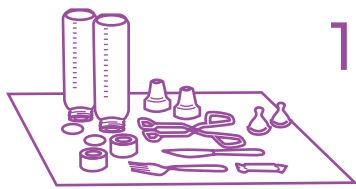
Pour conserver les biberons pour un usage ultérieur : Mettez les biberons au réfrigérateur. **Utilisez-les dans les 24 heures.** Ne laissez pas les biberons longtemps à la température ambiante. Si vous n'avez pas de réfrigérateur, préparez les biberons lorsque vous allez les utiliser.



12

Couvrez le lait maternisé avec le couvercle fourni. Gardez-le au réfrigérateur ou dans un endroit frais et sombre. **Utilisez-le dans le mois qui suit.**

Comment préparer le lait maternisé sous forme de concentré liquide



1

Ayez sous la main les pièces de biberons stérilisées (voir « Comment stériliser », page 3).

2

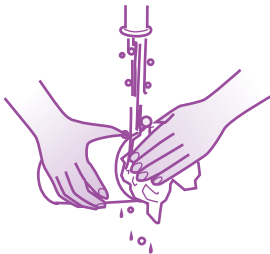


Faites bouillir l'eau à gros bouillons pendant 2 minutes. Laissez-la refroidir à la température ambiante.

3



Lavez-vous les mains à l'eau et au savon.



4

Rincez le haut de la boîte à l'eau tiède et vérifiez que la boîte ne soit pas endommagée.



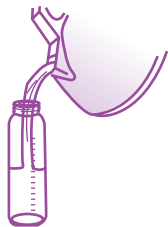
5

Secouez la boîte.

6



Ouvrez la boîte à l'aide d'un ouvre-boîte stérilisé.



7

Ajoutez la même quantité de lait maternisé et d'eau dans chaque biberon.



8



Utilisez des pinces stérilisées pour mettre les tétines, les disques, les bagues, et les capuchons sur les biberons.



9

Mettez les biberons au réfrigérateur. **Utilisez-les dans les 24 heures.** NE LAISSEZ PAS les biberons longtemps à la température ambiante.



10

Mettez un couvercle hermétique sur la boîte de concentré liquide non utilisé. **Utilisez le reste dans les 48 heures.**

11



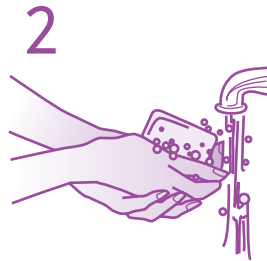
Secouez bien avant de nourrir votre bébé

Comment préparer le lait maternisé prêt à servir



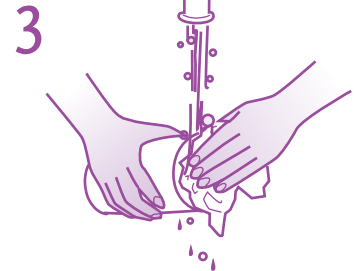
1

Ayez sous la main les pièces de biberons stérilisées (voir « Comment stériliser », page 3).



2

Lavez-vous les mains à l'eau et au savon.



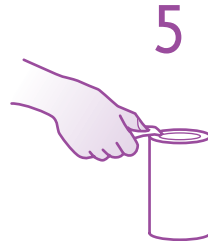
3

Rincez le haut de la boîte à l'eau tiède.



4

Secouez la boîte.



5

Ouvrez la boîte à l'aide d'un ouvre-boîte stérilisé.



6

Remplissez chaque biberon avec la quantité de lait maternisé voulue pour un repas. N'ajoutez pas d'eau.



7

Utilisez des pinces stérilisées pour mettre les tétines, les disques, les bagues, et les capuchons sur les biberons.



8

Mettez les biberons au réfrigérateur. **Utilisez-les dans les 24 heures.** Ne laissez pas les biberons longtemps à la température ambiante.



9

Mettez un couvercle hermétique sur la boîte de lait prêt à servir non utilisé. Gardez-la au réfrigérateur. **Utilisez le reste dans les 24 ou 48 heures,** selon ce qui est indiqué sur l'étiquette.

Comment donner le biberon



1 Réchauffez le biberon plein dans un contenant d'eau chaude.



2 Secouez bien le biberon.



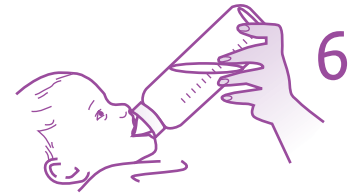
3 Vérifiez la température du lait à l'intérieur de votre poignet. Il devrait être tiède, et non pas chaud ou froid.



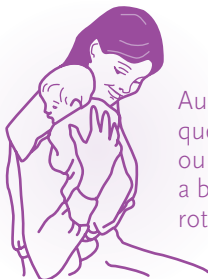
4 Vérifiez que le lait sorte bien de la tétine (il devrait sortir une goutte par seconde quand vous tenez le biberon à l'envers).



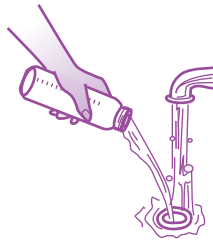
5 Nourrissez le bébé en tenant le biberon incliné pour que la tétine soit toujours pleine.



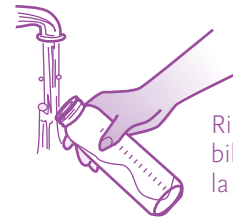
6 Essayez différentes positions et tenez toujours le biberon.



7 Au bout de quelques onces, ou quand il en a besoin, faites rotter le bébé.



8 Jetez le lait qui reste dans le biberon.



9 Rincez le biberon et la tétine.

*C'est quand on les nourrit que les bébés apprennent qu'ils sont aimés et entourés. Ils ne devraient pas manger seuls. Le moment des repas devrait être un moment spécial pour vous et votre bébé.

IMPORTANT

- **NE RÉCHAUFFEZ PAS** les biberons au four à micro-ondes. Les fours à micro-ondes réchauffent de façon inégale et il peut y avoir des endroits très chauds, qui peuvent brûler la bouche et la gorge de votre bébé.
- Jetez les tétines collantes, fendillées, déchirées, décolorées ou qui permettent au lait de couler trop vite.
- Ne calez jamais le biberon dans la bouche de votre bébé car il peut s'étouffer, et s'il est couché cela peut causer des otites (infections des oreilles).
- Ne laissez jamais votre bébé s'endormir avec un biberon car cela peut lui donner des caries (Le liquide reste dans la bouche du bébé et les dents en sont recouvertes, ce qui permet aux bactéries de les faire pourrir).

Notes

A large rectangular box with a thin black border, containing 20 horizontal lines for writing notes. The lines are evenly spaced and extend across the width of the box.



Enfants en santé Manitoba
Les enfants et les familles d'abord



332, avenue Bannatyne, 3^e étage
Winnipeg (Manitoba)
R3A 0E2

Tél. : 204-945-2266
Appels sans frais : 1-888-848-0140

Courriel : healthychild@gov.mb.ca

L'impression de ce document a été rendue possible par la contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada.