



## Nourrir votre bébé au lait maternisé

### Avant de commencer

### Feeding Your Baby Formula

### Before You Start

Le lait maternel est la seule nourriture dont votre bébé a besoin au cours des six premiers mois. Lorsqu'il commence à manger des aliments solides, continuez à lui offrir du lait maternel jusqu'à ce qu'il ait 2 ans ou plus.

Les parents peuvent offrir du lait maternisé pour diverses raisons, et ce, en même temps que du lait maternel. Si vous avez des difficultés à nourrir votre bébé, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé, une infirmière hygiéniste ou une conseillère en allaitement. Vous pouvez également appeler HealthLink BC au **8-1-1** pour parler à une infirmière ou à une diététiste autorisées.

#### Quelle préparation puis-je offrir?

Servez-lui une préparation (commerciale) de lait maternisé à base de lait de vache jusqu'à ce qu'il ait 9 à 12 mois. Les préparations à base de soja pour nourrisson ne sont recommandées que pour les bébés atteints d'un trouble médical appelé galactosémie ou qui ne peuvent boire du lait de vache pour des raisons religieuses ou culturelles.

Vous pouvez acheter du lait maternisé dans la plupart des épicereries et des pharmacies. Utilisez toujours le lait maternisé avant la date limite d'utilisation optimale ou la date d'expiration indiquée sur l'emballage. N'utilisez jamais le lait maternisé dont l'emballage présente des brèches, des bosses ou d'autres dommages.

Suivez toujours les instructions figurant sur l'étiquette lorsque vous préparez le lait maternisé.

Ne donnez à votre bébé aucun lait maternisé fait à la maison, ni lait de vache ou d'un autre animal. Ils peuvent présenter des risques pour votre bébé et ne lui fourniront pas tous les éléments nutritifs dont il a besoin pour grandir et se développer.

#### Quels sont les différents types de lait maternisé?

Il existe trois types de lait maternisé : prêts-à-servir, concentrés liquides et en poudre.

Les prêts-à-servir et les concentrés liquides sont stériles (exempts de microbes) jusqu'à ce qu'ils soient ouverts. Le lait maternisé en poudre n'est pas stérile.

Certains bébés courent un plus grand risque d'être malades s'ils consomment du lait maternisé en poudre alors qu'ils devraient consommer des prêts-à-servir ou des concentrés liquides. Ces bébés sont ceux qui :

- Sont nés prématurément, soit avant 37 semaines de grossesse, et qui ont moins de deux mois
- Pesaient moins de 2,5 kg à la naissance et n'ont pas encore deux mois
- Ont un système immunitaire affaibli, ce qui signifie qu'ils sont plus susceptibles de tomber malades en cas d'exposition à des microbes

On peut servir aux bébés en santé nés à terme, soit à 37 semaines ou plus de grossesse, n'importe quel type de préparation commerciale. Si vous utilisez du lait maternisé en poudre, préparez-le avec soin. Pour de plus amples renseignements, consultez [HealthLinkBC File n° 69b Nourrir votre bébé au lait maternisé : Préparer et conserver le lait maternisé en toute sécurité](#). Si vous ne savez quelle préparation servir à votre bébé, adressez-vous à votre fournisseur de soins de santé.

#### De quoi ai-je besoin pour préparer du lait maternisé pour mon bébé?

Pour préparer du lait maternisé et l'offrir à votre bébé, vous aurez besoin des éléments suivants :

- Bouteilles, collerettes, tétines, disques, bouchons
- Pincettes, cuillères, différents ustensiles, ouvre-boîte (au besoin)
- Thermomètre numérique (uniquement pour la fabrication de lait maternisé en poudre)
- Bouilloire ou grande casserole munie d'un couvercle pour faire bouillir l'eau
- Eau potable

Si vous ne disposez pas d'une source sûre d'eau potable, utilisez du lait maternisé prêt-à-servir. Vous pouvez également préparer des concentrés liquides ou du lait maternisé en poudre avec de l'eau en bouteille scellée. Si vous n'êtes pas sûr que votre eau soit potable, vérifiez auprès de votre bureau de santé publique local.

## Comment nettoyer les biberons de mon bébé pour en assurer la salubrité?

Lavez les bouteilles à fond. Puis désinfectez les bouteilles et l'équipement utilisés pour la préparation. Stériliser signifie tuer les microbes qui pourraient rendre votre bébé malade. Les lave-vaisselle ne désinfectent pas la vaisselle. Pour apprendre à stériliser les biberons, consultez [HealthLinkBC File n° 69b Nourrir votre bébé au lait maternisé : Préparer et conserver le lait maternisé en toute sécurité.](#)

Les tétines s'usent au fil du temps. Jetez-les si elles sont fissurées, collantes ou déchirées. Les sacs pour biberons sont des sacs stériles prêts à utiliser. Utilisez un nouveau sac pour biberon chaque fois que vous allaitez votre bébé. Ne les lavez pas et ne les réutilisez pas.

## Comment nourrir mon bébé au biberon?

- Lorsque vous le faites boire, enlacez-le ou tenez-le près de vous. Sa tête doit être plus haute que le reste du corps. Appuyez sa tête sur vous pour faciliter sa déglutition
- Laissez votre enfant décider du rythme auquel il boit. Ne le forcez pas à vider le biberon ni à se hâter
- Tenez le biberon de manière à ce que la plus grande partie de la tétine soit dans sa bouche
- Inclinez un tout petit peu le biberon pour qu'il soit presque à l'horizontale afin d'aider votre enfant à boire. La présence d'air dans la tétine ne posera pas problème à votre bébé
- Faites faire un rot à votre bébé après l'avoir nourri. S'il a beaucoup de gaz, faites-lui faire des renvois durant l'allaitement
- Ne laissez pas votre bébé boire seul et ne le mettez pas au lit avec le biberon. Il pourrait boire trop ou pas assez, s'étouffer ou souffrir de caries et d'otites. Pour de plus amples renseignements, consultez [HealthLinkBC File n° 19 L'hygiène dentaire du nourrisson et du tout-petit](#)
- Même si votre bébé essaie de tenir le biberon, il ne pourra pas boire seul avant d'avoir quelques mois. Lorsqu'il peut boire seul, vous pouvez essayer de lui donner du lait maternisé dans une tasse

## À quelle fréquence nourrir mon bébé?

La plupart des bébés boivent 8 fois en 24 heures au cours des premiers mois. Le nombre d'heures entre les tétées peut varier. Pour eux, il est normal de boire la nuit. Il est possible qu'il boive plus ou moins d'un repas à l'autre, ce qui peut changer de jour en jour. Il est important de surveiller chez lui les signes qu'il a faim ou qu'il est rassasié.

Nourrissez votre bébé dès que vous observez les signes de la faim, qu'il montre de l'une ou l'autre des manières suivantes :

- Votre bébé porte les mains à la bouche.
- Il ouvre la bouche, bâille ou fait du bruit avec ses lèvres
- Il tourne la tête vers la personne qui le tient, souvent la bouche ouverte
- Il ferme les poings et les place sur sa poitrine ou son ventre

## Quelle quantité de lait donner à mon bébé?

Chaque bébé est différent. Pendant les premiers jours de sa vie, son estomac est assez petit. Il pourrait n'avoir besoin d'absorber de la préparation qu'en petites quantités à chaque tétée. À mesure qu'il grandit, il peut boire davantage et espacer ses tétées.

Votre bébé vous fera comprendre qu'il est rassasié chaque fois que vous le nourrissez. Pour ce faire, il pourrait :

- Fermer la bouche
- Ralentir ou arrêter de téter
- Repousser le biberon ou la personne qui le nourrit
- Manquer d'intérêt
- S'endormir

Arrêtez de le nourrir s'il vous montre qu'il n'a plus soif. Il pourrait quand même faire de légers mouvements de succion après une tétée, ce qui est normal pour un bébé.

Il faut utiliser le biberon dans les deux heures suivant le début du repas. Jetez tout reste de préparation. Ne la réchauffez pas au cours de la tétée et ne mettez pas au réfrigérateur un biberon déjà entamé.

Si votre bébé souille 5 couches ou plus par jour (4 à 6 jours après la naissance) et qu'il grossit, il absorbe suffisamment de préparation. Si vous vous faites du souci parce qu'il ne boit pas assez, consultez votre fournisseur de soins de santé.

## Pour de plus amples renseignements

Si vous avez des questions sur l'alimentation de votre bébé, communiquez avec votre service local de santé publique ou votre fournisseur de soins de santé. Vous pouvez également composer le **8-1-1** pour parler à une infirmière ou diététiste autorisée.

Pour en apprendre davantage sur les préparations pour nourrissons, visitez Santé Canada – Préparations pour nourrissons [www.canada.ca/fr/sante-canada/services/soins-nourrissons/preparations-pour-nourrissons.html](http://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/soins-nourrissons/preparations-pour-nourrissons.html).

---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, consultez [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, consultez [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) ou composez le **8-1-1** (sans frais). Pour les personnes sourdes ou malentendantes, composez le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.