



Nourrir votre bébé à la préparation pour nourrisson : avant de commencer

Feeding Your Baby Formula: Before You Start

Le lait maternel est le seul aliment dont votre bébé a besoin pendant ses six premiers mois de vie. Après 6 mois, continuez à lui offrir du lait maternel, accompagné d'aliments solides, jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge de 2 ans ou plus.

Les parents peuvent offrir de la préparation pour nourrisson pour diverses raisons. De la préparation pour nourrisson commerciale à base de lait de vache est recommandée à la plupart des bébés nourris avec ce type de préparation. Offrez de la préparation pour nourrisson à votre bébé jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge de 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.

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

Si vous avez des questions ou des inquiétudes en lien avec l'alimentation de votre bébé, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé, un infirmier de santé publique ou un conseiller en allaitement. Vous pouvez également appeler HealthLink BC au **8-1-1** pour parler à un infirmier ou à un diététiste autorisé.

Quels sont les différents types de préparation pour nourrisson?

Il existe trois types de préparation pour nourrisson commerciale : prêtes à servir, concentrés liquides et en poudre. Les préparations prêtes à servir et sous forme de concentré liquide sont stériles (exemptes de microbes) jusqu'à ce qu'ils soient ouverts. La préparation pour nourrisson en poudre n'est pas stérile.

Vous pouvez acheter de la préparation pour nourrisson dans la plupart des épiceries et des pharmacies. Suivez les instructions sur l'étiquette. Ne diluez pas la préparation pour nourrisson avec une quantité d'eau supplémentaire. N'utilisez jamais la préparation pour nourrisson dont

l'emballage présente des brèches, des bosses ou d'autres dommages. Utilisez toujours la préparation avant la date limite d'utilisation optimale ou la date de péremption indiquée sur l'emballage.

Quel type de préparation pour nourrisson puis-je offrir?

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 : prête à servir, sous forme de concentré liquide ou en poudre. Si vous utilisez de la préparation pour nourrisson en poudre, préparez-la avec soin. Pour de plus amples renseignements, consultez [HealthLinkBC File n° 69b Nourrir votre bébé à la préparation pour nourrisson : la préparer et la conserver en toute sécurité](#).

Certains bébés courent un plus grand risque d'être malades s'ils consomment de la préparation pour nourrisson en poudre alors qu'ils devraient consommer des préparations prêtes à servir ou sous forme de concentré liquide. Les caractéristiques suivantes s'appliquent à ces bébés :

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

Si vous ne savez quelle préparation servir à votre bébé, renseignez-vous auprès de votre fournisseur de soins de santé.

De quoi ai-je besoin pour préparer de la préparation pour nourrisson pour mon bébé?

Vous aurez besoin des fournitures suivantes pour préparer de la préparation pour nourrisson et l'offrir à votre bébé :

- Des biberons, des collerettes, des tétines, des disques, des bouchons

- Des pinces, des cuillères, différents ustensiles pour mélanger, un ouvre-boîte (au besoin)
- Un thermomètre numérique (pour la préparation)
- Une grande casserole avec un couvercle ou une bouilloire pour faire bouillir l'eau
- De l'eau potable sûre (pour les préparations pour nourrisson en poudre ou sous forme de concentré liquide)

Si vous ne disposez pas d'une source sûre d'eau potable, utilisez de la préparation pour nourrisson prête à servir. Vous pouvez également préparer de la préparation pour nourrisson commerciale en poudre ou sous forme de concentré liquide 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 et désinfecter les biberons et les fournitures servant à la préparation?

Lavez les biberons minutieusement avec de l'eau et du savon. Puis, désinfectez les biberons et les fournitures utilisées pour la préparation. Pour apprendre comment laver et stériliser les biberons, consultez [HealthLinkBC File n° 69b Nourrir votre bébé à la préparation pour nourrisson : la préparer et la conserver 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 être utilisés. Utilisez un nouveau sac pour biberon chaque fois que vous nourrissez votre bébé.

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. Il est alors plus facile à votre enfant de s'adapter au flux de la préparation dans le biberon. 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, lui faire faire un rot vers la moitié de son biberon peut aider.
- 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 offrir de la préparation pour nourrisson dans une tasse

À quelle fréquence devrais-je 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 des quantités différentes d'un repas à l'autre, et cela peut changer de jour en jour. Il est important de surveiller chez lui les signes de faim et de satiété.

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 devrais-je donner à mon bébé?

Chaque bébé est différent. Pendant ses premiers jours de vie, son estomac est assez petit. Il pourrait n'avoir besoin que de petites quantités de préparation 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
- Détourner la tête du biberon ou la personne qui le nourrit
- Montrer un manque d'intérêt envers sa tétée
- 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 de la tétée. Jetez tout reste de la préparation. Ne la réchauffez pas au cours de la tétée et ne mettez pas au réfrigérateur un biberon déjà entamé.

Votre bébé boit suffisamment de préparation pour nourrisson s'il grandit bien et qu'il mouille au moins 6 couches par jour dès l'âge d'une semaine. Si vous vous faites du souci parce qu'il ne boit pas assez, consultez votre fournisseur de soins de santé.

Pour obtenir de plus amples renseignements

Pour en apprendre davantage sur l'alimentation des nourrissons, consultez le site suivant :

- [Donner toutes les chances à son bébé](#)