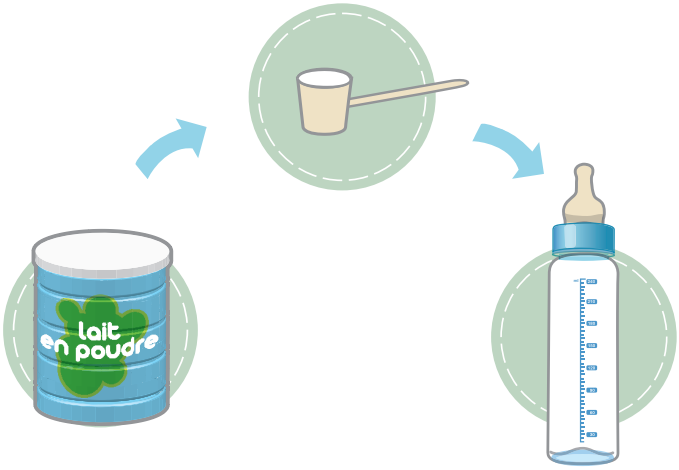
Comment bien préparer et transporter le lait infantile en toute sécurité

Si l'enfant n'est pas allaité au sein,
voici les précautions à respecter pour préparer un biberon de lait*.
Important : ne pas préparer le biberon de votre bébé à l'avance.



*préparation pour nourrisson en poudre

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE
DES AFFAIRES SOCIALES
ET DE LA SANTÉ

→ NETTOYAGE DU MATÉRIEL

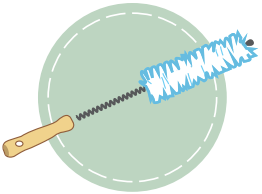
Avant toute manipulation, lavez-vous soigneusement les mains.

Avant la première utilisation :

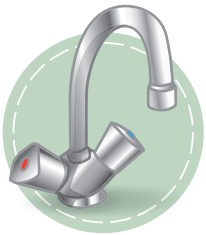
- lavez à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle le biberon[1] et ses accessoires ;
- rincez bien ;
- laissez sécher sans essuyer.

Après utilisation :

- videz le biberon ;
- rincez le biberon et ses accessoires à l'eau froide ;
- plongez le biberon et ses accessoires dans de l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle ;
- nettoyez le biberon avec un goupillon[2] et rincez ;
- éventuellement, vous pouvez ébouillanter le biberon (évitez la stérilisation à froid) ;
- jetez les ustensiles abimés ou usagés[3] et remplacez-les par du matériel neuf ;
- laissez sécher sans essuyer.



Si vous possédez un lave-vaisselle, lavez tous les accessoires en utilisant un cycle complet à 65 °C, à l'exception des tétines en caoutchouc..



→ EAU

Pour reconstituer du lait à partir de poudre, vous pouvez utiliser :

l'eau du robinet :

- elle ne doit pas être adoucie ou filtrée à domicile,
- informez-vous des caractéristiques du réseau d'eau intérieur de votre logement,

1 biberon, tasse ou autre récipient.
2 Brosse allongée réservée au nettoyage du biberon.
3 Ustensiles de recueil (biberon, tétine...) et matériel de nettoyage (goupillon...).

vinaigre blanc
+
diffuseur

- utilisez seulement l'eau froide (attention à la position du mélangeur),
- laissez couler l'eau 1 à 2 minutes si vous n'avez pas utilisé votre robinet récemment. Dans le cas contraire, 3 secondes suffisent,
- si votre robinet est équipé d'un diffuseur à son extrémité, pensez à le détartrer régulièrement : dévissez le diffuseur et placez- le dans un verre de vinaigre blanc,
- informez vous sur la qualité de l'eau du robinet auprès de votre mairie, de l'Agence régionale de santé, des professionnels de santé, ou sur le site www.eaupotable.sante.gouv.fr

une eau embouteillée :

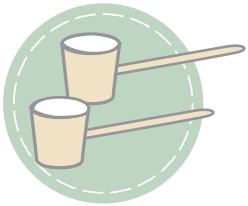
- utilisez soit une eau de source, soit une eau minérale naturelle qui comporte la mention : « convient pour la préparation des aliments des nourrissons » ;
- n'utilisez pas l'eau d'une bouteille ouverte depuis plus de 24 heures.

D'une manière générale, il est conseillé aux particuliers de ne pas recourir à l'utilisation des eaux de puits privés pour la boisson, leur qualité n'étant pas surveillée.

→ RECONSTITUTION DU LAIT

- Lavez-vous soigneusement les mains.
- Installez-vous dans un endroit propre.
- Posez le biberon sur un plan de travail bien nettoyé.
- Reportez-vous aux indications sur la boîte de lait pour déterminer les quantités d'eau et de poudre nécessaires. La mesurette doit être bien arasée.
- Agitez bien pour éviter les grumeaux.

Respectez le dosage : une mesurette de poudre arasée pour 30 ml d'eau.



→ TRANSPORT

Ne préparez pas à l'avance le biberon.

Au besoin, transportez un biberon d'eau et la poudre séparément et mélangez juste avant consommation par le bébé.

→ RÉCHAUFFAGE

Le biberon peut être donné à température ambiante.

si besoin :

- faites tiédir le biberon au bain-marie dans une casserole ou dans un chauffe-biberon ;
- ne réchauffez pas le biberon à l'aide d'un four à micro- ondes pour éviter tout risque de brûlures !
- agitez le biberon, vérifiez la température du lait en versant quelques gouttes sur la face interne de votre avant-bras ;
- si le lait est réchauffé il doit être consommé dans la demi-heure ;
- si le lait est à température ambiante il doit être bu dans l'heure.

Un réfrigérateur doit être nettoyé une fois par mois.

En raison du risque de botulisme infantile, maladie rare mais très grave due à une bactérie, ne donnez pas de miel aux nourrissons de moins d'un an, ni au doigt, ni à la cuillère, ni sur la tétine.

Rédaction: DGS - Conception: Paragramme • Éditions DICOM 12-058 • Diffusion S12-086 • Décembre 2012

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE DES AFFAIRES SOCIALES ET DE LA SANTÉ

anses

Société Française de Pédiatrie

AFPA Association Française de Pédiatrie Ambulatoire

Aliments de l'Enfance 0-3 ans