

Le biberon

Le lait adapté pour le biberon est fait à partir de lait de vache modifié afin qu'il ressemble au lait maternel.

Jusqu'à l'âge d'un an, l'enfant ne peut prendre que du lait maternel ou du lait adapté: lait pour nourrisson jusqu'à 6 mois (1^{er} âge, type I), lait **de suite** à partir de 6 mois (2^{ème} âge, type II).

Matériel nécessaire

- 2 à 3 biberons large ouverture pour faciliter le nettoyage et ayant des marques de mesure d'eau.
- Tétines avec trou qui permette le lait de s'écouler au "goutte à goutte".
- Grande casserole avec couvercle pour faire bouillir les biberons.
- Un goupillon pour les nettoyer.

Comment préparer le biberon

1. Il est très important de **bien se laver les mains** à l'eau et au savon avant de préparer le biberon.
2. **Versez d'abord l'eau et puis le lait en poudre.**

Vous pouvez utiliser de l'eau en bouteille ou du robinet. En cas de doute, faites bouillir l'eau pendant 1 minute.

Versez l'eau avec la marque de mesure à la hauteur des yeux. Vous pouvez faire tiédir l'eau au micro-ondes.

3. Ajoutez une **mesurette rase de lait en poudre pour 30 ml d'eau.**

Eau	Mesurettes
30 ml	1
60 ml	2
90 ml	3
120 ml	4
150 ml	5
180 ml	6
210 ml	7
240 ml	8

Auteurs: Susana Agruñá et Montse Torres
Révision scientifique: Olga Rodrigo
Comité éditorial: Lurdes Alonso; Service de la Communication

4. Agitez doucement pour mélanger.
5. Conservez la boîte de lait bien fermée dans un endroit frais et sec.
6. Le lait préparé peut être conservé pendant 24 heures au frigidaire. Ne le conservez pas dans le chauffe-biberon ou la bouteille isotherme.
7. Vous pouvez le chauffer au micro-ondes ou au bain-marie.

Comment donner el biberon

- Avant de donner le biberon, vérifiez sa température en versant quelques gouttes de lait sur le dos de votre main.
- Adoptez une position correcte: tenez le bébé dans le creux de votre bras, avec l'enfant légèrement redressé. No donnez jamais le biberon avec le bébé couché ou assis.



- Pendant que vous donnez le biberon, la tétine doit être toujours pleine de lait pour que le bébé n'avale pas d'air.



- **Jetez tout excédent de lait.**

Comment nettoyer le biberon

- Lavez-le à l'eau et au savon avec un goupillon. Retournez les tétines à l'envers et frottez-les avec le goupillon.
- Il faut ensuite désinfecter les tétines et les biberons. Pendant 2-3 minutes, faites bouillir les biberons tête en bas et les tétines dans une casserole avec une petite quantité d'eau. Les tétines dureront plus longtemps si vous les placez sur une grille.
- Gardez vos biberons bouchés, tête en bas, avec les tétines à l'intérieur.