

L'alimentation au biberon de votre bébé

INFORMATION DESTINÉE AUX PARENTS



Centre Hospitalier du Valais Romand
Service d'obstétrique



Hôpital du Valais
Spital Wallis

www.hopitalvs.ch | www.spitalvs.ch

DÈS LE RETOUR À DOMICILE

Chaque bébé est différent. Les besoins alimentaires sont donc individuels. Il convient de faire preuve de souplesse et d'observer votre bébé afin de s'assurer qu'il prenne du poids.

- 1 mesurette de lait en poudre arasée dans 30 ml d'eau bouillie ou en bouteille
- Augmenter la quantité par biberon de 10 à 15 ml / jour les premiers jours jusqu'à 90 ml par biberon

L'eau potable, en Valais notamment, est de très bonne qualité et peut être employée pour la préparation des biberons à condition d'être bouillie et refroidie ensuite à 40 degrés. Pour l'eau en bouteille, seules quelques eaux non gazeuses, pauvres en sels minéraux, peuvent être utilisées : Evian, Fontessa Elm, Henniez bleue, Volvic, Vittel « bonne source ».

Jusqu'à 1 mois

L'enfant prend, en principe, 5 biberons de 90 à 120 ml par jour.

- Biberon de 90ml
90 ml d'eau + 3 mesurettes
- Biberon de 120 ml
120 ml d'eau + 4 mesurettes

PETITS CONSEILS PRATIQUES

- Le biberon doit satisfaire au besoin de succion. Il ne doit pas être donné trop rapidement (entre 15 et 30 mn). Au-delà de 30mn, il faut vérifier la tétine.
- Si l'enfant ne veut pas terminer son biberon, ne pas le forcer.
- L'enfant doit évacuer l'air avalé en faisant des rots pendant et après les repas.
- Il est important d'alterner la position des tétés : bras droit, bras gauche.
- Chaque enfant a son propre rythme de tétés, en principe chaque 3-4 heures. Essayez, sauf indication médicale, de ne pas le réveiller.

- Le lait 1^{er} âge convient au nourrisson durant les premiers mois tant qu'il est rassasié.
- Le lait maternisé suffit à l'alimentation de votre enfant durant les 6 premiers mois. Une diversification de l'alimentation (bouillies, purées) n'est recommandée qu'à partir du 7^e mois.

L'apport de liquide sous forme de tisane et jus de fruit n'est pas nécessaire car ces boissons contiennent des sucres.

LA STÉRILISATION DES BIBERONS

- Selon les dernières recommandations, la stérilisation des biberons n'est plus nécessaire après 4 mois.
- Le plus important est de nettoyer les biberons et les tétines à l'eau bien chaude avec le liquide vaisselle et de brosser avec l'écouvillon pour éliminer toutes traces de lait.
- Divers moyens de stérilisation existent, tous sont valables.

Le moins coûteux reste la stérilisation à « l'ancienne » : 10 minutes à l'eau bouillante pour le biberon et 5 minutes pour les tétines.

En cas de nécessité, contactez la maternité au 027 603 42 60.

CONTACT



Hôpital du Valais
Hôpital de Sion
Service d'obstétrique
Av. du Grand-Champsec 80
1951 Sion

+41 (0)27 603 42 60
preparation.naissance@hopitalvs.ch

Document élaboré par le Service d'obstétrique.

