

Extrait du titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

<http://www.titange.com/Les-repas-au-biberon-de-bebe.html>

Les repas au biberon de bébé

- alimentation bebe -



Date de mise en ligne : mercredi 3 octobre 2007

Description :

Donner le biberon à bébé, autant de questions simples et naturelles auxquelles on aime pourtant avoir des réponses claires et précises. Sachez choisir le bon lait, l'eau pour diluer, découvrez la façon pour stériliser les tétines,...et comment préparer au mieux le biberon de bébé

titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

Tout d'abord, chacun sera ravi de participer, des frères et soeurs aux grands-parents ! Autre avantage, vous connaîtrez précisément les quantités bues par votre enfant (souvent sujet d'angoisse chez les jeunes mamans).

► **Comment choisir le lait ?**

Votre enfant recevra à la maternité un lait 1er âge, à poursuivre jusqu'au 4ème mois avant de passer au lait 2ème âge. Ces laits maternisés présentent une composition adaptée, aux apports nutritionnels précisément dosés afin de se rapprocher le plus possible du lait maternel. Si le lait reçu à la maternité est mal toléré par l'enfant, il est conseillé, sur avis médical, d'opérer un changement progressif de marque ou de formule (lait confort, anti-régurgitation ou hypoallergique par exemple). Les laits hypoallergique sont par ailleurs, par sécurité, prescrits aux enfants de parents présentant un terrain allergique.

► **Comment choisir l'eau ?**

Il convient de choisir de préférence de l'eau en bouteille faiblement minéralisée. La législation européenne impose aux bouteilles portant la mention « convient pour la préparation des aliments des nourrissons » une faible teneur en nitrates et en nitrites.

► **Comment stériliser tétines et biberons ?**

Plusieurs méthodes de stérilisation existent : à froid (solution à base de chlore), au micro-onde, à chaud par ébullition ou à la vapeur. Toutes sont efficaces. La stérilisation à froid est parfois préférée dans des zones où l'eau du robinet est très calcaire. La stérilisation n'est pas indispensable mais fortement conseillée surtout en été et durant les tous premiers mois durant lesquels le bébé est très sensible aux bactéries.

► **Quand et comment donner le biberon ?**

► **La préparation du biberon :** En premier lieu, il est impératif de bien se laver les mains avant de préparer les biberons. Il est préférable de chauffer l'eau dans un chauffe-biberon afin d'éviter les risques de brûlures. Attention à bien respecter les indications de dosage du fabricant de lait en poudre : une mesure de lait pour 30 g d'eau. Certaines marques proposent des laits déjà reconstitués sous forme liquide ce qui facilite la préparation des repas mais s'avère souvent plus onéreux. Il est possible de préparer, d'avance, plusieurs biberons à condition de ne pas les conserver au-delà de 24 heures.

► **L'horaire des repas** doit rester souple et adapté aux besoins de l'enfant. Les intervalles entre les tétées seront donc logiquement variables. Ne réveillez pas votre petit s'il dort sauf recommandations spéciales du corps médical. Les pleurs générés par la faim sont généralement spécifiques, plus stridents, accompagnés de mouvements de suctions de la bouche qui permettent de les distinguer des cris de fatigue ou de douleur. Essayer de respecter un intervalle de 2 heures à 2 heures 30 au minimum entre deux tétées afin de faciliter la digestion.

► **Le nombre de repas** pris par 24 heures est très variable en fonction du poids de l'enfant et de son appétit. On considère qu'un rythme de 6 à 8 tétées par 24 heures est la norme durant les deux premières semaines puis, de 6 à 5 jusqu'au 5ème mois environ. Données à titre indicatif, ces précisions ne doivent pas faire oublier que chaque enfant est différent et adopte donc un rythme qui lui est propre.

► **Comment donner le biberon :** Il est préférable de s'installer dans un endroit au calme, le bébé en position semi allongée. Il faut veiller à incliner le biberon de façon à ce que la tétine soit toujours remplie de lait, ce afin d'éviter que bébé n'aspire de l'air. Des bulles doivent défilier le long de la paroi du biberon. Dans le cas contraire, desserrez un peu la bague. Attention à la température du biberon, il faut toujours vérifier qu'il n'est pas trop chaud ! Au cours du repas, il peut-être bon d'interrompre une fois celui-ci afin de laisser le bébé faire un rot en le maintenant à la verticale contre votre épaule. Opération qu'il faudra répéter à l'issue de celui-ci afin que l'air ingéré par l'enfant s'évacue avant de le recoucher.

En conclusion, au sein ou au biberon, nourrir son enfant est avant tout un acte d'amour propice à des échanges de

regard uniques !