



CONSEILS POUR LA PRÉPARATION DU LAIT ARTIFICIEL

Le lait en poudre n'est pas un produit stérile. Il peut être contaminé par des germes potentiellement dangereux, pendant sa production et avant même que la boîte soit ouverte.

Le lait artificiel prêt à l'usage, généralement vendu en unité de consommation (biberons) ou en emballage tetrapak est un produit stérile. Ce produit peut être contaminé après l'ouverture, pendant la manipulation ou l'usage, par des bactéries potentiellement dangereuses. Le respect des mesures d'hygiène rigoureuses est donc nécessaire aussi pour le lait liquide prêt à l'emploi.

Si vous utilisez le lait artificiel en poudre, vous devez suivre avec attention les indications de l'emballage, pour éviter de préparer un lait trop concentré ou trop dilué, qui seraient dangereux pour le bébé.

Le lait de vache, ou d'autres mammifères non dilué, le lait concentré, le lait écrémé ou partiellement écrémé, ou les laitages préparés à la maison ne doivent pas être utilisés pour nourrir des nourrissons de moins d'un an. À partir d'un an le lait de vache entier doit être utilisé, et pas celui écrémé ou partiellement écrémé. Ces produits doivent être évités au moins jusqu'à l'âge de deux ans.

Pour la préparation, la dilution, la manipulation, la consommation et la conservation du lait artificiel en poudre ou prêt à l'usage, suivre les recommandations suivantes :

- se laver les mains, utiliser des récipients et ustensiles de cuisine bien propres pour éviter de contaminer le lait
- ne préparer que la quantité nécessaire à chaque repas
- utiliser des récipients stériles (c'est à dire bien lavés puis stérilisés en les faisant bouillir 10 minutes dans l'eau, ou bien utilisant un système de stérilisation chimique.)
- préparer le lait avec de l'eau à 70° ou bien de l'eau bouillie refroidie à 70° en évitant sa contamination
- refroidir rapidement la quantité préparée (en moins de 30 minutes) et l'utiliser immédiatement, vérifiant la température pour éviter de provoquer des brûlures à la bouche du bébé
- jeter le lait qui reste après chaque repas