



Attention...

Les boissons à base de produit végétal (appelées à tort lait végétal) ne sont pas adaptées aux nourrissons : elles provoquent des carences en certains nutriments et excès dans d'autres. Elles sont souvent hypo énergétiques et sont à l'origine de malnutrition. Elles sont donc contre indiquées. Elles ne seront en aucun cas données à la Maison Kangourou !



Entre 4 et 6 mois, il est recommandé de débuter la diversification alimentaire.

Les références qui ont permis la réalisation de cette brochure :

- ALLAITER : UN CHOIX, DES CONSEILS. CONSEIL GENERAL DU VAL D'OISE.
- ALLAITEMENT MATERNEL A LA CRECHE. MAIRIE DE PARIS.
- RECOMMANDATIONS D'HYGIENE POUR LA PREPARATION ET LA CONSERVATION DES BIBERONS. AFSSA. JUILLET 2005



Pour recevoir les nouvelles brochures, **DEVENEZ MEMBRE DE LA TRIBU KANGOUROU** en vous inscrivant à notre newsletter sur notre site internet



www.lamaisonkangourou.com



Alimentation lactée exclusive



de la naissance à 4-6 mois

Bébés allaités ?

Bienvenue aux bébés
allaités à la crèche !

COMMENT FAIRE À LA CRÈCHE ?

Pour les familles ayant fait le choix d'allaiter leur bébé depuis la naissance, La Maison Kangourou offre plusieurs possibilités de le poursuivre.

En plus de la richesse nutritionnelle et immunitaire du lait maternel, le lien établi entre la mère et son bébé est important. Nous avons pour but de le maintenir, afin que la séparation avec les parents, induite par l'arrivée à la crèche, se passe de manière la plus progressive possible.

Voici les différentes possibilités envisageables :

Allaitement maternel pendant les «temps de crèche»

Il est envisageable que la maman se déplace à la crèche, au cours de la journée pour allaiter son bébé. Pour une organisation optimale, ce temps est planifié et organisé en amont avec le directeur de la crèche.

Allaitement maternel par l'intermédiaire des biberons

Le lait maternel peut être recueilli, et conservé au domicile de la famille. Il sera apporté chaque jour à la crèche, afin que l'enfant puisse profiter de toutes ses qualités. Afin d'éviter tout risque de contamination bactérienne du lait au cours des différentes manipulations, il est essentiel de respecter certaines consignes. Pour cela, le livret « comment bien recueillir, conserver et transporter le lait maternel en toute sécurité » (diffusé par le ministère de la santé) vous sera remis à la crèche.

Maintien de l'allaitement maternel en dehors des «temps de crèche»

La production de lait maternel s'adapte naturellement au rythme des tétées. Ainsi même si votre bébé reçoit à la crèche un biberon de lait 1er âge, 2ème âge ou un repas diversifié, les tétées au sein peuvent être maintenues lorsque votre bébé est avec vous.

QUELLE QUANTITÉ DE LAIT MATERNEL APPORTER À LA CRÈCHE ?

La famille échange avec le directeur ou le médecin de la crèche sur la réalisation des différentes étapes détaillées ci-dessus. Un accord est convenu sur la quantité de lait à apporter qui sera évaluée en fonction du nombre de tétées quotidiennes, de l'âge du bébé, du volume des biberons déjà éventuellement pris au domicile.

Cette quantité pourra être ajustée les premiers jours, en fonction de l'appétit réel du bébé, puis réévaluée régulièrement.

Les quantités de lait maternel qui composeront les biberons du bébé sont à apporter à la crèche le jour de leur consommation.

Si le bébé manifeste des signes de faim à la crèche alors qu'il a terminé les biberons apportés pour la journée, 2 solutions sont possibles:

- Disponibilité de la maman dans la ½ heure qui suit afin de pouvoir répondre à la demande de l'enfant.
- Proposition en complément, d'un biberon de préparation pour nourrisson ou de lait de suite en fonction de son âge.

Nourrir le bébé aux substituts de lait maternel :

Les « laits 1er âge », ou préparations pour nourrissons, sont destinés à remplacer le lait maternel pendant toute la période où le bébé n'a qu'un seul aliment : le lait. C'est un aliment complet. Leur composition et leur fabrication sont soumises à une réglementation précise et rigoureuse, qui garantit leurs qualités nutritionnelles et

sanitaires. Ces laits se présentent sous différentes formes, poudre à diluer ou liquide prêts à l'emploi, mais leur intérêt nutritionnel est exactement le même.

Respecter l'appétit du bébé est essentiel, il peut avoir moins faim à un repas et plus au suivant. Il mange en fonction de ses besoins, selon le jour ou même l'heure. Si sa courbe de croissance est régulière et qu'il est satisfait après ses biberons, c'est qu'il mange suffisamment.

La quantité de lait prise, par biberon et par jour, dépend bien sûr de l'âge du bébé, de son appétit, de sa prise de poids.

A titre indicatif :

Age	Quantité par jour	Nombre de biberons	Capacité gastrique
2-4 mois	600 à 900mL/jour	5 à 6 (de 120 à 150ml)	150 à 180 ml
4-6 mois	700 à 1000 ml/J	4 à 5 (de 180 à 210ml)	210mL
6-12 mois	500mL	2 à 3	210 à 240mL

Si la quantité de lait ingérée est supérieure à la capacité gastrique du bébé, il existe un risque accru de régurgitation.

Pour les bébés buvant leur biberon très vite et n'ayant pas alors de sensation de satiété, il est possible d'adapter le débit des tétines.

Classiquement, pour le nourrisson de moins de 6 mois, il est recommandé de donner un biberon toutes les 3-4 heures, sans dépasser 5 heures entre 2 prises le jour. Mais, il est essentiel de tenir compte du rythme de l'enfant à la maison et de l'installation du rythme nyctéméral (alternance jour/nuit) pour les 2-4 mois.

A partir de 6 mois, l'intervalle entre 2 repas est de 4h - 4h30. Il est important de respecter l'émergence d'un ressenti, d'un besoin.

Le passage du lait 1er âge au lait 2ème âge peut se faire lorsque l'enfant mange un repas diversifié par jour (c'est-à-dire l'équivalent

