

Bébé a une alimentation composée exclusivement de lait.

La composition des laits est régie par la loi, les différences entre les différentes marques de lait 1^{er} âge « standard » sont minimales.

Votre médecin peut vous prescrire des laits spécifiques, **toujours des formules adaptées aux nourrissons.**

Les laits vendus dans certains magasins ne spécifiant pas « formule pour nourrissons » ne sont pas adaptés et ne doivent pas être donnés aux bébés.

Certains laits sont vendus en brique sous forme liquide.

Les laits en poudre se reconstituent toujours de la même manière : mettre d'abord l'eau dans le biberon, puis ajouter la poudre de lait : une cuillère-rase de lait (fournie à l'intérieur de la boîte) pour 30 ml d'eau (2 cuillères-rases pour 60 ml d'eau, 3 pour 90, 4 pour 120, ... 8 pour 240).

Il est très important de respecter strictement la reconstitution des biberons.

Les quantités à apporter à bébé sont indiquées au cours de la consultation médicales et varient d'un enfant à l'autre.

Le lait artificiel est moins digeste que le lait maternel ; il faut respecter un délai de 3 heures (au moins 2 heures) entre deux biberons.

Le rot n'est pas constant après une tétée, il est préférable d'attendre le rot après un biberon (bébé avale plus d'air).

De manière purement indicative :

- Les nouveaux-nés ont souvent 8 biberons dans la journée
- Vers l'âge de 1 mois 6 biberons
- Puis passage progressif à 4 repas par jour entre l'âge de 3 et 4 mois

Les quantités globales de lait sur la journée sont de manière indicative de : (poids de bébé en grammes / 10) + 200 ml.

Ces indications sont seulement indicatives et le nombre de repas ainsi que la quantité globale de lait doivent être discutées lors des consultations de suivi mensuelles des jeunes nourrissons.

Votre bébé n'a pas besoin d'eau ou d'autre boisson en plus de son lait, sauf en cas de chaleur extrême ; dans des conditions de grande chaleur, on peut proposer des petits biberons d'eau en plus des biberons de lait.

Quelle eau pour reconstituer les biberons ?

L'eau du robinet peut être utilisée sans danger pour reconstituer les biberons.

Si on utilise de l'eau minérale, il vaut mieux choisir une eau faible en calcium (Mont Roucoux®, Volvic®).

Comment nettoyer les biberons ?

Il ne sert à rien de stériliser les biberons.

L'essentiel est de bien nettoyer tous les résidus potentiels de lait (notamment au niveau de la tétine et de la bague, qu'il faut désolidariser), puis laver le biberon entièrement démonté au lave-vaisselle avec un cycle à 60°C.