

RYTHME DU BÉBÉ



Un bébé nourri au lait maternel n'a pas forcément le même rythme qu'un bébé consommant du lait industriel.

- Il doit être nourri à la demande car il régule la fréquence et la durée de ses repas en fonction de son appétit. Ils ne sont donc pas forcément pris à heure fixes.

Au minimum



- Le lait maternel est donné en minimum 15 min avec si besoin des pauses (pour reproduire le rythme de l'allaitement au sein) ;

- La demande de l'enfant doit être respectée car le lait maternel est plus vite digéré. Il peut donc demander plus souvent qu'un autre ;

- Pour indication : 120 à 150 mL de lait maternel sont donnés à un enfant de 3 mois.



POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

Les professionnels de l'allaitement maternel près de chez vous :

- Consultantes en lactation,
- Les professionnels de la PMI.



Sites internet :

- Conseil général de l'Indre : portail des assistantes maternelles

<http://www.assistantes-maternelles-36.fr/>

- La Leche League (LLL)

<http://www.lllfrance.org/Allaiter-Aujourd-hui/AA-53-Modes-de-garde.html>

- Information pour l'allaitement (IPA)

<http://www.info-allaitement.org/>

- Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES)

<http://www.inpes.sante.fr>



Formations professionnelles :

- La Leche League (LLL)

<http://www.lllfrance.org/>

- Lactitude

<http://www.lactitude.com>

Sources : Recommandations d'hygiène pour la préparation et la conservation des biberons, AFSSA, juillet 2005

Favoriser l'allaitement maternel : Processus – Evaluation, HAS, juin 2006.

ASSISTANTES MATERNELLES



L'ACCUEIL D'UN ENFANT ALLAITÉ





Ce document à destination des assistantes maternelles a pour objectif de rappeler les informations essentielles concernant l'accueil d'un enfant allaité.

Sachez qu'un allaitement dans la durée est possible même après la reprise du travail de la mère, notamment grâce aux réserves de lait que la mère constitue petit à petit.

Un enfant allaité n'est pas plus difficile qu'un autre, son accueil demande juste quelques petits aménagements. Prenez le temps d'échanger avec les parents, d'expliquer toutes les craintes que vous pourriez avoir et de vous renseigner auprès des professionnels.

Une assistante maternelle est une aide précieuse pour la poursuite d'un allaitement maternel.



CONDITIONNER LE LAIT MATERNEL :

Vérifiez que la mère ait indiqué sur le récipient le jour et l'heure du recueil de lait



CONSERVER LE LAIT MATERNEL :

Il existe plusieurs modes de conservation du lait :

- **A température ambiante** (19 à 22°C) : le lait peut être gardé pendant 4h,
- **Au réfrigérateur** (entre 0 et 4°C), le lait doit être placé sur les étagères et non dans la porte – peut être conservé entre 48h et 8 jours,
- **Au congélateur** (-18°C) : conservation possible pendant 4 mois. Consommable pendant 24h après décongélation.

NE PAS RECONGELER.

- Pour décongeler, mettez le lait au réfrigérateur pendant 6h avant consommation.

- Pour une décongélation rapide, passez le récipient sous l'eau froide, puis augmentez petit à petit la température jusqu'à ce que le lait soit à température ambiante



RECHAUFFER LE LAIT MATERNEL :

Le lait maternel ne doit **JAMAIS être réchauffé AU MICRO ONDES.**



Il est possible de le réchauffer :

- En le passant sous un filet d'eau froide puis en augmentant la température au fur et à mesure jusqu'à ce qu'elle soit chaude,
- En le mettant au bain-marie,
- A l'aide d'un chauffe biberon.

Le lait maternel réchauffé doit être consommé idéalement dans les 30 minutes. Si l'enfant ne consomme pas tout, le reste doit être jeté.

TRANSPORTER LE LAIT MATERNEL :

Plusieurs conditions déterminent le transport du lait.

Assurez vous avec les parents que :

- Le récipient contenant le lait ait été transporté dans une glacière avec pack réfrigérant,
- Le lait n'ait été transporté qu'une seule fois,
- Le temps de transport n'ait pas excédé une heure.



DONNER LE LAIT :

Outre le classique biberon, vous pouvez donner le lait à l'aide :

- D'un gobelet,
- D'une pipette,
- D'un biberon-tasse.

