

L'alimentation artificielle

Livret à destination des futurs parents.

Préparation de l'alimentation artificielle pour le nourrisson.



Cette brochure a pour objectif de vous informer sur l'alimentation artificielle. Nous vous donnerons des repères pour alimenter votre nourrisson de la meilleure manière.

Sommaire

- Les premiers contacts
- Quel lait choisir pour votre bébé ?
- La fréquence des biberons
- Quand donner à boire à votre bébé ?
- Surveillance d'un bébé alimenté avec du lait artificiel
- Quelle quantité faut-il donner ?
- Quelle eau choisir pour la préparation des biberons ?
- Préparation des biberons
- Comment donner le biberon ?
- Nettoyage du biberon
- Stérilisation du biberon après nettoyage

Les premiers contacts

Même si vous ne souhaitez pas allaiter, nous vous proposerons une tétée d'accueil afin que votre bébé reçoive un peu de colostrum (aliment riche en anticorps). Cette tétée d'accueil lors du contact peau-à-peau favorise plusieurs bienfaits pour votre bébé et vous-même. Ce peau-à-peau reste bien sûr votre choix.

Le contact peau-à-peau après la naissance de l'enfant a de nombreux avantages :

- Régule la température du bébé
- Facilite l'attachement
- Diminue les pleurs
- Est en quelque sorte une prolongation transitoire de la vie intra-utérine
- Apaise le bébé

Quel lait choisir pour votre bébé ?

Tant que le bébé ne s'alimente qu'avec du lait, il sera essentiel de lui donner un lait premier âge. Il existe un large choix de lait en poudre, le pédiatre pourra vous conseiller un lait adapté à votre bébé. Il est important de ne pas changer de lait sans avoir eu l'accord de votre pédiatre.

Différents modèles de biberons avec des tétines souples à débits variables (tétines à vitesse ou à trou) existent. Il n'y a pas de tétine idéale : testez ce qui convient le mieux à votre enfant. Un bébé qui boit bien terminera ses biberons en moins de 20 minutes.

La fréquence des biberons

En 24h, vous donnerez entre six et huit biberons.

Respectez un intervalle de 2h30 minimum entre chaque biberon avec un maximum de 4h entre 2 biberons lors du séjour en maternité. Cela peut s'espacer quand votre bébé grandit et fait ses nuits.

Quand donner à boire à votre bébé ?

Lorsque votre bébé montre des signes de faim :

- Quand il est en éveil calme, il ouvre la bouche, sort la langue.
- Il suce son poing. Il bouge les bras et les jambes.



Surveillance d'un bébé alimenté avec du lait artificiel

Âge du bébé Indicateurs	1 jour	2 jours	4-5 jours	1 à 4 mois
E (éveil)	Bébé dort beaucoup. Le garder près de soi.	Il boit plus.	Il s'éveille et réclame son biberon.	Parents et bébé ont trouvé le bon rythme dans la fréquence des biberons.
S (selles)	Les selles sont peu fréquentes (une à deux fois par jour) et elles sont noires et collantes.		Les selles sont plus fréquentes, de couleur moutarde avec des grumeaux.	
U (urines)	1 couche mouillée / 24h	2 couches / 24h	4 à 5 couches / 24h	6 couches / 24h
B (biberons)	6 biberons / 24h	5 à 8 biberons / 24h		
P (poids)	Il est possible que bébé perde entre 7 à 10% de son poids de naissance, puis retrouve ce poids 2 semaines au plus tard.			

Quelle quantité faut-il donner ?

Durant votre séjour, nous vous fournirons des biberons de lait (sous vide).

Un biberon entamé doit être consommé dans l'heure pour réduire le risque de contamination. Jetez le reste du biberon non terminé.

Il est important que le nouveau-né **d'un poids inférieur à 3 kg** prenne toute la quantité journalière dont il a besoin. Vous serez peut-être amené à le réveiller plus souvent durant la journée pour le faire boire. Votre bébé fera connaître ses besoins mais n'oubliez jamais qu'il faut tout de même respecter un intervalle de minimum 2h30 à 4h maximum.

Le bébé ne pleure pas toujours parce qu'il a faim ! Il n'a pas d'horaire fixe, ni pour manger, ni pour dormir. Les besoins de votre bébé vont évoluer en fonction de son âge. Il est nécessaire aussi d'adapter les quantités de liquides apportées selon les circonstances. En été, par exemple, il boira plus régulièrement.

Les premiers mois, lorsque bébé ne boit que du lait, il n'est pas nécessaire de lui donner de l'eau en plus de ses biberons. Cependant, en cas de fièvre ou par fortes chaleurs, n'hésitez pas à lui proposer quelques cuillères d'eau nature.

	Nombre de biberons	Quantité par biberon (en ml)
durant la 1^{ère} semaine	6 à 10	30 à 80 ml
2 à 4 semaines	6 à 8	60 à 120 ml
1 à 4 mois	4 à 5	120 à 210 ml
5 à 12 mois	2 à 4	210 à 240 ml
À partir de 5 à 6 mois	500 ml de lait par jour + Diversification	

Quelle eau choisir pour la préparation des biberons ?

Il est recommandé d'utiliser de l'eau embouteillée pour les bébés de moins de 4 mois. Cette bouteille d'eau sera exclusivement réservée à cet effet et **conservée 24h au frigo**. Choisissez des bouteilles d'eau avec l'inscription « **convient pour l'alimentation du nourrisson** » accompagnée généralement d'un logo représentant un biberon.

Avec l'accord de votre pédiatre, lorsque votre bébé sera plus grand, l'eau du robinet pourrait être une solution (eau froide et laisser couler quelques instants avant de l'utiliser). Toutefois si vous possédez un adoucisseur d'eau, vous ne pourrez pas utiliser l'eau du robinet. Vous ne pouvez pas non plus utiliser l'eau d'une carafe filtrante.

Préparation des biberons

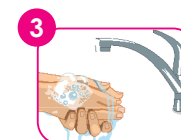
1. Suivez les instructions sur l'emballage de la boîte de lait.



2. Nettoyez la surface sur laquelle vous allez préparer le biberon pour assurer la propreté du plan de travail.



3. Lavez-vous les mains soigneusement à l'eau et au savon, essuyez-les avec un linge propre.



4. Prendre la bouteille d'eau ainsi qu'un biberon propre.



5. Versez dans le biberon la quantité d'eau indiquée pour préparer le biberon de votre bébé.



6. Ajoutez le nombre de mesurettes rases (le lait en poudre doit arriver au ras du bord de la cuillère) correspondant à la quantité d'eau. Utilisez la spatule fournie avec la boîte de lait.



7. Fermez le biberon et roulez-le pour dissoudre correctement la poudre.



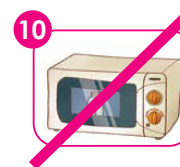
8. Utilisez un chauffe-biberon pour le réchauffer.

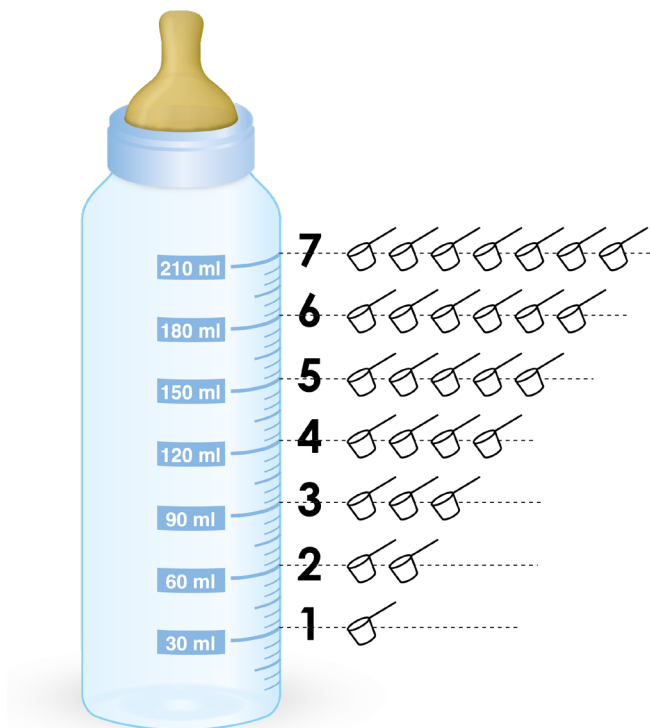


9. Testez la température du biberon en faisant couler une goutte de lait au creux de votre poignet.



10. N'utilisez pas de micro-ondes (car risque de brûlure).





Remarques

La bouteille d'eau servira exclusivement à l'alimentation du nourrisson. Elle doit être conservée au frigo et utilisée dans les 24h.

Les biberons avec tétines souples sont les plus adaptés.

Comment donner le biberon ?

Tenez votre bébé en position semi-allongée, la nuque soutenue dans le creux de votre bras.

S'installer confortablement

Prendre le temps

Assurer un bon débit de lait
(choix de la tétine)

Permettre au bébé de faire son « rot »

Respecter l'appétit de votre bébé

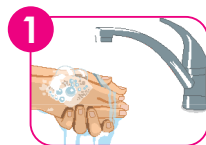
Laisser votre bébé boire à son rythme

Faites glisser la tétine doucement dans la bouche de votre bébé.

GARDER LA TÉTINE PLEINE DE LAIT
afin d'éviter que votre bébé n'avale de l'air.

Nettoyage du biberon

1. Avant de commencer, lavez-vous les mains avec du savon puis essuyez-les avec un linge propre.



2. Démontez le biberon.



3. Rincez le biberon et les accessoires à l'eau froide. Puis placez le matériel dans l'eau chaude avec du savon. Utilisez le goupillon et éliminez les traces de lait.



4. Rincez tout le matériel à l'eau chaude, puis égouttez-le sur un linge propre.



Stérilisation du biberon après nettoyage

Stérilisation à chaud - Casserole d'eau bouillante

1. Remplissez une casserole d'eau du robinet.
Déposez biberons, tétines, capuchons et ustensiles.
Tout doit être recouvert d'eau.
2. Couvrez la casserole.
Portez à ébullition.
Laissez bouillir 10 minutes.



©ONE

Casserole à pression

Le matériel sera complètement immergé dans l'eau durant 10 minutes après le sifflement de la soupape.

Stérilisation vapeur ou micro-ondes

Suivez les instructions indiquées sur le mode d'emploi du fabricant.

Le biberon et le matériel annexe (tétine, anneau de serrage, plaquette de fermeture et capuchon) sont à stériliser **uniquement avant la première utilisation**, après ce n'est plus obligatoire si vous respectez une **hygiène stricte**.

Pour les bébés prématurés et les enfants présentant un système immunitaire plus fragile, il est recommandé de stériliser le matériel jusqu'à 1 mois ou selon l'avis du médecin.

Mes notes

Mes notes



**Centre Hospitalier Régional
Sambre et Meuse**
www.chrsm.be

CHRSM - site Sambre
Rue Chère-Voie, 75
5060 Sambreville
Tél.: +32 (0)71 26 52 11
sambre.chrsm.be

CHRSM - site Meuse
Avenue Albert 1^{er}, 185
5000 Namur
Tél.: +32 (0)81 72 61 11
meuse.chrsm.be

Suivez l'actualité du **CHRSM**
sur les réseaux sociaux



Mise à jour: septembre 2026
Brochure à destination des patients
du Centre Hospitalier Régional Sambre
et Meuse

Illustrations source ONE
Réalisation: service Communication
Éditeur responsable: Direction générale
Centre Hospitalier Régional Sambre et Meuse

Service de Maternité

Site Meuse
081 72 73 40

Néonatalogie intensive (NIC)

Site Meuse
081 72 72 27

Service Kangourou

Site Meuse
081 72 73 00
081 72 73 01

Consultante en lactation

Site Meuse
081 72 79 81