



Le biberon

Préparer et donner le biberon, ce n'est pas compliqué !

Avec un peu de technique et d'habitude, cela devient vite un moment privilégié entre vous et bébé.

Le préparer

Avant toute chose, lavez-vous soigneusement les mains.

Versez la quantité d'eau selon l'âge de votre bébé et les prescriptions de la boîte. Choisissez une eau faiblement minéralisée qui est conseillée pour les nourrissons (c'est précisé sur l'étiquette). Placez le biberon rempli dans le chauffe-biberon jusqu'à ce que l'eau soit tiédie à 40° maximum.

Ensuite, versez la poudre du lait selon les doses indiquées. Une dose est une cuillère-dose remplie à ras (araser le contenu de la mesurette à l'aide d'un couteau préalablement nettoyé). N'utilisez que la mesurette contenue dans la boîte de lait que vous utilisez.

Comptez toujours 1 dose pour 30ml d'eau. Ainsi, si votre bébé a besoin d'un biberon de 120ml, vous devez mettre 4 doses de lait.

Refermez bien le biberon et faites-le rouler entre vos mains pour homogénéiser. Refermez la préparation. Ne le secouez pas car la tétine pourrait s'obstruer avec la poudre de lait.

Réglez la vitesse du biberon selon son appétit et la texture du liquide (grande vitesse pour le lait avec bouillies ou soupes) : le chiffre de la vitesse désirée en haut.

Avant de le donner, vérifiez la température en versant quelques gouttes sur le creux du poignet.

Le donner

Installer-vous confortablement, dans un endroit calme, avec le dos bien calé. Placez votre bébé en position semi-allongé dans vos bras.

Approchez le biberon des lèvres de votre bébé en posant la tétine sur sa lèvre inférieure. Il va le prendre tout naturellement.

Tenez le biberon pratiquement à la verticale : la tétine doit toujours être remplie.

Ensuite, laissez votre bébé boire à son rythme, sans le forcer ni s'éterniser (pas plus de 20 minutes les premières semaines). S'il s'endort, remuez un peu la tétine.

Enfin, prenez votre bébé tout contre vous et faites-lui faire son rot.

Astuces :

- il est déconseillé d'utiliser un micro-onde pour réchauffer le biberon car le contenu risque d'être trop chaud même si les parois du biberon vous paraissent tièdes.
- une fois préparé, le contenu du biberon doit être bu dans l'heure qui suit. Si votre bébé ne le termine pas, jetez le reste aussitôt.
- achetez plusieurs biberons, surtout au début : il faut en prévoir 6 de 240 ml et le même nombre de tétines.