



L'eau

Quelle eau choisir pour le biberon de bébé ?

Il est scientifiquement prouvé que les eaux minérales naturelles conseillées pour les nourrissons sont celles faiblement minéralisées c'est-à-dire présentant une teneur en résidus secs inférieure à 500 mg/l mais également pauvres en nitrates c'est-à-dire dont la concentration en nitrates est inférieure à 15 mg/l.

L'AFSSA* et l'OMS ** définissent des recommandations strictes concernant l'alimentation des bébés.

	seuils maximums recommandés pour l'eau des nourrissons en France	Explications
Minéralisation	500mg/l	Ménager ses reins immatures
Nitrates	15 mg/l	Protéger des effets nocifs des nitrites sur l'oxygénation du sang
Sulfates	140 mg/l	Les sulfates accélèrent le transit intestinal, un excès de sulfate peut provoquer des diarrhées.
Plomb	0.01 mg/l	

*AFSSA : Association Française de Sécurité Sanitaire des Aliments

**OMS : Organisation Mondiale de la Santé