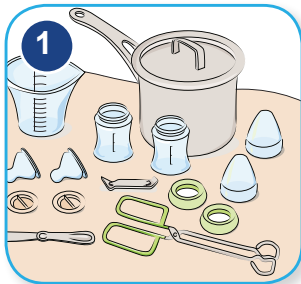
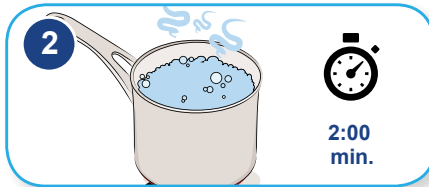


# COMMENT PRÉPARER DES PRÉPARATIONS EN POUVRE POUR UN BÉBÉ EN SANTÉ

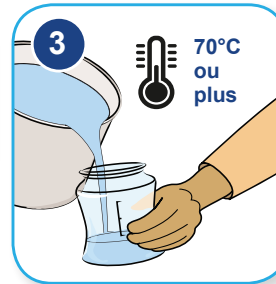
Les préparations pour nourrissons en poudre ne sont pas stériles. Elles sont associées à un risque accru de prolifération bactérienne si elles ne sont pas préparées de manière sécuritaire. Pour de l'information vous permettant de prendre une décision éclairée sur l'alimentation de votre bébé, consultez votre professionnel de la santé ou votre infirmière de la santé publique. Référez-vous aussi à la fiche-conseils n° 1 pour des renseignements importants.



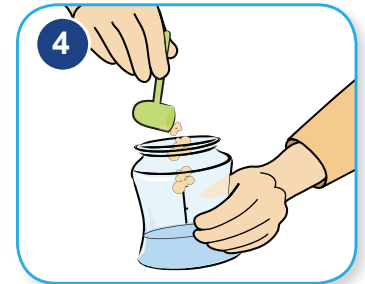
Lavez vos mains et votre comptoir avec du savon et de l'eau. Assurez-vous d'avoir tout le matériel nécessaire stérilisé à votre portée (voir la fiche-conseils n° 2).



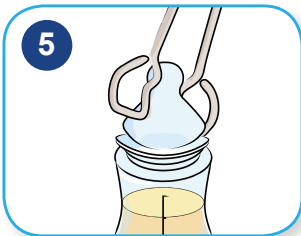
**Stérilisez l'eau** Faites bouillir l'eau pendant 2 minutes. Reportez-vous à la fiche-conseils n° 2 pour connaître les types d'eau qu'il est sécuritaire d'utiliser. Mélangez les préparations avec de l'eau à 70 °C ou plus (1 litre d'eau bouillie qui refroidit pendant 30 minutes sera à environ 70 °C). Chez les bébés en santé, il est possible d'utiliser de l'eau stérilisée ayant refroidi à température ambiante, pourvu que la préparation soit donnée immédiatement.



Vérifiez la date de péremption indiquée sur la boîte. Versez la quantité d'eau stérilisée requise dans un biberon stérilisé.



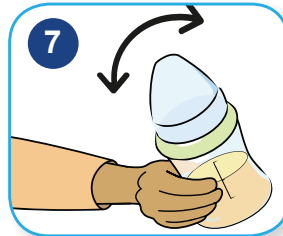
Utilisez le nombre approprié de cuillères selon les instructions sur la boîte. Plongez la cuillère à mesurer dans la boîte pour la remplir de préparation en poudre. Ne tassez pas la poudre. Enlevez l'excédent à l'aide d'un couteau stérilisé. Ajoutez la poudre à l'eau chaude stérilisée.



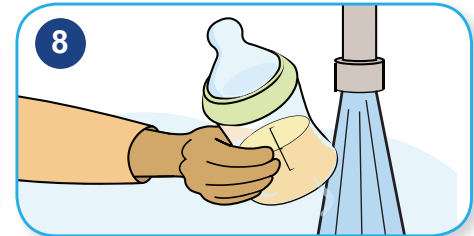
Prenez la tétine, le couvercle et l'anneau à l'aide de pinces stérilisées et placez-les sur le biberon.



Serrez l'anneau avec vos mains.



Secouez le biberon jusqu'à ce que la préparation soit lisse.



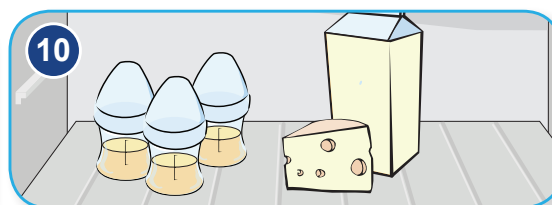
Faites refroidir rapidement le biberon en le passant sous l'eau froide du robinet. Vous pouvez aussi le placer dans un contenant rempli d'eau froide. Vous pourrez nourrir votre bébé lorsque la préparation aura atteint la température du corps ou de la pièce.



**APRÈS  
2  
HEURES**

Nourrissez votre bébé en réponse aux signes de la faim qu'il émet (voir la fiche-conseils n° 6).

Après 2 heures, jetez toute préparation que votre bébé n'a pas bue.



Il est plus sécuritaire d'utiliser un biberon fraîchement préparé chaque fois que vous nourrissez votre bébé. Si vous utilisez de l'eau chaude ou tiède dans le biberon, refroidissez-le rapidement en le passant sous l'eau froide du robinet ou en le plongeant dans un contenant d'eau froide. Une fois le biberon refroidi, conservez-le au réfrigérateur et utilisez-le dans les 24 heures qui suivent.

Pour plus de détails sur comment et quand nourrir votre bébé, consultez :

- les pages 16 à 20 du livret **Les préparations pour nourrissons : ce qu'il faut savoir**;
- la fiche-conseils n° 6.

- **Il arrive que les préparations pour nourrissons fassent l'objet de rappels.** Vous trouverez des renseignements à ce sujet sur le site Web de Santé Canada, au <http://canadiensante.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-fra.php>.

