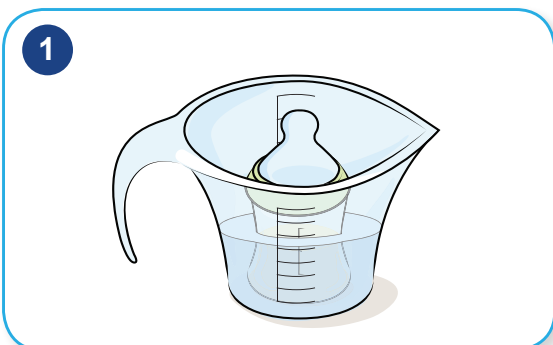


Pour de l'information vous permettant de prendre une décision éclairée sur l'alimentation de votre bébé, consultez votre professionnel de la santé ou votre infirmière de la santé publique. Référez-vous aussi à la fiche-conseils n° 1 pour des renseignements importants.

Réchauffer les préparations pour nourrissons



Les bébés peuvent boire les préparations tièdes ou froides. Voici comment les réchauffer :

- Mettez le biberon dans un contenant rempli d'eau chaude ou dans un chauffe-biberon.
- Laissez-le réchauffer au plus 15 minutes.
- Agitez le biberon à quelques reprises pendant que vous le réchauffez.

Ne le réchauffez pas au four à micro-ondes.



Quand son contenu est réchauffé, secouez le biberon.

Versez quelques gouttes de préparation sur l'intérieur de votre poignet pour vérifier qu'elle n'est pas trop chaude. La préparation devrait être plus tiède que chaude.

Comment donner le biberon à votre bébé



Voici les premiers signes que votre bébé a faim :

- Il s'étire et agite ses bras.
- Il ouvre la bouche et fait claquer ses lèvres.
- Il tourne la tête vers vous.

C'est un bon moment pour le nourrir. La plupart des bébés boivent au moins 8 fois par jour.



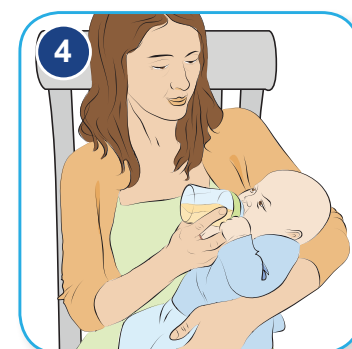
Voici quelques signes que votre bébé a vraiment faim :

- Il porte ses mains à sa bouche.
- Il fait des mouvements rappelant le fait de téter ou de lécher.
- Il s'agite.
- Il émet des sons.



Voici des signes que votre bébé a extrêmement faim :

- Il est irrité et il pleure.
 - Il est agité.
 - Il est épuisé et il s'endort.
- Il vous faudra peut-être calmer votre bébé s'il est en colère.



Tenez votre bébé droit quand vous lui donnez un biberon. Placez la tétine du biberon sous la lèvre inférieure et attendez que votre bébé ouvre grand sa bouche avant d'y mettre le biberon. Ne calez pas le biberon pour le tenir en place et ne mettez pas votre bébé au lit avec un biberon.



Voici quelques signes de stress indiquant que votre bébé a besoin d'une pause :

- Le lait s'écoule de sa bouche.
- Il s'étouffe ou il a des haut-le-cœur.
- Il boit en grandes gorgées ou avale rapidement.
- Il se tortille ou repousse le biberon.
- Il détourne la tête.



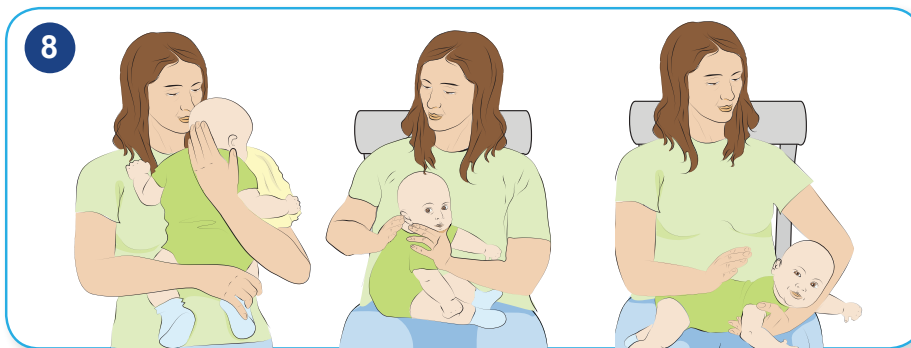
Voici les signes que votre bébé a besoin de faire un rot :

- Il cambre le dos.
- Il est grognon ou agité.
- Il s'éloigne du biberon.
- Il tête au ralenti ou s'arrête complètement.



Arrêtez de nourrir votre bébé quand il vous montre qu'il n'a plus faim. Voici certains signes de satiété :

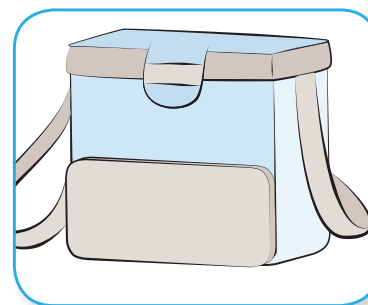
- Il tête au ralenti ou s'arrête complètement.
- Il ferme la bouche.
- Il détourne la tête.
- Il repousse le biberon ou la personne qui le nourrit.
- Il s'assoupit.



Faites faire un rot à votre bébé en tapotant doucement son dos du creux de votre main. Vous pouvez essayer les positions ci-dessous.

Transporter les préparations pour nourrissons

Si vous devez vous déplacer, mélangez les préparations à l'avance. N'apportez un biberon qu'une fois celui-ci refroidi dans un réfrigérateur et froid au toucher. Conservez les préparations dans un sac glacière avec un bloc réfrigérant jusqu'au moment de les utiliser. Jetez toute préparation inutilisée après 24 heures.



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.**