

LES LAITS INFANTILES

Introduction

- **La composition et la qualité bactériologique** des préparations infantiles sont régies en France par l'arrêté du 17 avril 1998 suivant les directives Européennes.
- Cf. nomenclature des différents laits.

Selon l'âge de l'enfant, on distingue trois types de lait

- **Préparations pour nourrissons (0 à 4 mois) :** *laits dits 1^{er} âge*
- **Préparations de suite (4 à 12 mois) :** *laits dits 2^{ème} âge*
- **Laits de croissance (12 mois à 3 ans) :** à privilégier au lait de vache

Jusqu'à la fin du 4^{ème} mois, l'alimentation du nourrisson est exclusivement lactée, intervient ensuite la diversification alimentaire.

1 - LES LAITS INFANTILES

- Ils sont préparés à partir de protéines du lait de vache.
- Le but est de se rapprocher au maximum de la composition du lait maternel (sans y être, jamais, tout à fait parvenu).
- Le lait maternel reste le lait le plus adapté au nouveau-né prématuré, à terme et au nourrisson.

LAIT 1^{ER} AGE :

Teneur adaptée :

- Pauvre en protéines,
- Riche en minéraux (prévention de l'anémie),
- Riche en vitamines (dont la vit. D)

LAIT 2^{ème} Age :

Teneur adaptée :

- Pauvre en protéines,
- Enrichis en minéraux (fer en particulier), en acide linoléique (acide gras pour le développement cérébral)
- Enrichis en vitamines (dont la vit. D)

=> Diversification alimentaire associée.

Lait de croissance

- conseillés pour les enfants de 1 à 3 ans.
- enrichis en fer et en acides gras essentiels.
- moins riches en protéines.

2 – LES LAITS SPÉCIFIQUES

- Ils sont prescrits par le médecin en fonction de problèmes particuliers de l'enfant.

2.1 Laits hypoallergéniques (HA)

- Indiqués aux enfants à risque d'allergie, (ex. : ATCD familiaux d'asthme, eczéma...).
- Protéines partiellement hydrolysées, donc moins allergisantes.

2.2 Laits épaissis (confort ou anti-régurgitations)

- Laits épaissis avec :

- Farine de caroube, épaississement dès la reconstitution (peut provoquer des selles liquides)

Ou

- Amidon (riz, maïs, pomme de terre), épaississement au contact de l'acidité gastrique.

2.3 Laits acidifiés/fermentés/enrichis en pré-biotiques

- Ajout de ferments lactiques.
- Favorisent, par l'acidification, la digestion des constituants du lait, l'assimilation du fer, la vidange de l'estomac, l'équilibre de la flore intestinale.
- Utilisés dans les cas de coliques, ballonnements et constipation (Pelargon, Nutriben).

2.4 Laits « Pré »

- Laits adaptés aux prématurés et aux hypotrophes inférieurs à 3kg.
- Enrichis en protéines, dextrine maltose, triglycérides et en calcium.
- Sera remplacé par le lait 1^{er} âge lorsque l'enfant pèsera minimum 2800 g.

2.5 Laits sans lactose (Diargal)

- Indiqués temporairement lors d'intolérance au lactose, manifestée par des épisodes aigus de diarrhées.

2.6 Substituts de lait à base de protéines hydrolysées (hydrolysats)

- Protéines très hydrolysées
- Sucrage à base de dextrine maltose
- Prescrits dans le cas :
 - d'intolérance aux protéines de lait de vache,
 - diarrhée sévère et persistante,
 - de prématurité, avec ballonnement et mauvaise digestion du lait Pré (Nutramigen, Alfaré, Prégestimil)

3 - Les préparations spécifiques

3.1 Poudres épaississantes :

- Gumilk, à base de caroube
- Magic Mix, à base d'amidon

Ajoutées sur PM en cas de régurgitations, dosées généralement à 2 %, soit 2 g de poudre épaississante pour 100 ml de lait.

3.2 Solutés de Réhydratation Orale (SRO)

- Adiaril, Picolite, GES45...
 - Réhydrater un enfant après une diarrhée aiguë grâce à des électrolytes
- ou
- Prévention de la déshydratation en complément du lait et de l'eau

=> 200 ml d'eau de source pour un sachet, se conserve 24 h au frigo.

4 - Calcul de la ration journalière

Selon le poids de l'enfant :

- **La règle d'Appert** utilisée jusqu'à **6 kg**. Dès la diversification alimentaire, il faut apporter au moins 500 ml de lait pour couvrir les besoins en calcium.
- Permet de calculer la ration quotidienne de lait
- **10% du poids de l'enfant + 250 ml / 24 heures**

Poids de l'enfant (en g)

----- + 250 = *ration journalière nécessaire*
10

Exemple : un enfant de 4800g à 2 mois

$$4800 / 10 = 480$$

$$480 \text{ ml} + 250 = 730 \text{ ml} / 24 \text{ heures}$$

- Pour obtenir la quantité de lait par biberon, il suffit de diviser la ration de lait par le nombre de repas :
soit 120 ml en 6 biberons ou 145 ml en 5 biberons
- Pour la reconstitution, il faut un multiple de 30 ml.

5- Reconstitution du lait

- **Tous les laits se reconstituent à raison d'une cuillère-mesure rase de lait en poudre pour 30 ml d'eau.**
- Chaque lait a sa cuillère-mesure qui lui est propre, calculée à partir de son pourcentage de reconstitution.
- Utiliser une eau faiblement minéralisée ou les eaux de source portant la mention « convient pour la préparation des biberons ».

Les conseils de préparation d'un biberon

- Lavage soigneux des mains, casaque, charlotte.
- Plan de travail décontaminé.
- Biberon propre ou à usage unique.
- Vérification des dates de péremption et d'ouverture du lait, (une boîte se conserve un mois après ouverture).
- Verser dans le biberon la quantité d'eau souhaitée, ne pas toucher le goulot du biberon avec la bouteille.
- Pour certains laits, mettre à tiédir pour une meilleure dissolution.
- Mesurettes de lait arasées soit sur le bord de la boîte ou avec un couteau propre.
- Visser la bague et la tétine puis mélanger en tournant le biberon entre les mains.

Les conseils pour l'administration du biberon

- Respect des règles d'hygiène.
- Installation confortable.
- Température du biberon dépend des habitudes de l'enfant et de ses préférences (chauffé maximum à 37°C ou à température ambiante).
- **TOUJOURS** vérifier la température en faisant couler une goutte de lait sur la face interne de l'avant-bras, ne doit pas brûler, doit être tiède.

- Adapter la tétine si lait épaissi.
- Installer l'enfant en position semi-assise, la tête bien soutenue, dans les bras, les regards pouvant se croiser (**moment privilégié de communication**).
- Laisser l'enfant libre de ses mouvements.
- Le biberon maintenu suffisamment haut pour éviter une absorption d'air.
- Interrompre la tétée de temps en temps si besoin.
- Quantifier la ration administrée et transmettre par écrit et oral.
- Consacrer un temps en position verticale pour éviter les régurgitations.
- Le lait doit être consommé maximum 1 heure après avoir été réchauffé.

Concernant la stérilisation des biberons

- A domicile, la stérilisation n'est plus recommandée
- Un nettoyage soigneux au liquide vaisselle et à l'eau chaude est préconisé, avec un séchage à l'air libre.
- En milieu hospitalier, tous les biberons doivent être stérilisés quelque soit l'âge, **après** la phase systématique de nettoyage du biberon.

Nettoyage des biberons

- Rincer immédiatement après la prise du biberon.
- Laver et broser à l'aide d'un écouvillon dans une eau chaude savonneuse (biberon, tétine, bague et capuchon démontés) ou au lave-vaisselle.
- Bien rincer à l'eau chaude, égoutter et laisser sécher (principe à respecter systématiquement, stérilisation ou non).

Sterilisation à froid

- Produit bactéricide sous forme de comprimés à diluer (Solustéril, Milton = 1 pastille / 5l d'eau) avec un temps de contact de 15 min.
- Solution valable 24 heures.
- Méthode efficace, non toxique, mais goût et odeur particuliers.
- Bien penser à nettoyer au préalable le biberon et la tétine (gouttes de lait restantes).
- Possibilité de rincer à l'eau de source après stérilisation pour atténuer le goût, mais nullement obligatoire.

En pratique...

■ A vous de jouer !