

Service  
Petite enfance



Livret de recommandations

# Allaitement maternel

et accueil des enfants en crèche

*(structures collective et familiale)*

*C'est possible !*

La fin du congé maternité signifie souvent la fin de l'allaitement lorsque l'enfant est accueilli chez une assistante maternelle ou fait son entrée en crèche. Confier son enfant n'est pas forcément synonyme de sevrage, tout dépend du projet de la mère et du couple. La poursuite de l'allaitement maternel est possible pendant le temps d'accueil en structures municipales collectives ou familiales à la ville d'Albi.

Ce livret d'informations a un double objectif :

- permettre aux mères qui le désirent de poursuivre l'allaitement après la reprise de l'activité professionnelle, quel que soit le mode d'accueil de leur enfant,
- fournir aux professionnelles des crèches et aux assistantes maternelles des informations qui leur permettront de réfléchir à l'organisation pratique de la poursuite de l'allaitement.

A partir d'échanges, d'écoute, de collaboration avec les familles, les professionnelles s'adaptent et font preuve de créativité pour concilier le projet personnalisé et la vie collective.

## Plusieurs possibilités s'offrent aux mamans

- l'allaitement dans l'enceinte du lieu d'accueil : la directrice de l'établissement définira avec vous les modalités pratiques en fonction du projet de la structure.
- l'administration de lait maternel, tiré et stocké dans des biberons préparés d'avance et donnés sur le lieu d'accueil : il faut donc organiser les repas de la journée et procéder au recueil du lait. Dans ce cas, vous veillerez à respecter les recommandations éditées ci-après.
- l'allaitement mixte : l'allaitement se poursuit à la maison (matin et soir), et des biberons de lait 1<sup>er</sup> ou 2<sup>ème</sup> âge ou une alimentation solide sont donnés sur le lieu d'accueil.
- le tirage du lait peut s'effectuer à l'aide d'un tire-lait électrique, manuel ou par pressions manuelles.
- vous avez la possibilité de louer le tire-lait auprès de votre pharmacie, ou d'une société de matériel de puériculture. La prescription permet la prise en charge de la location.

## Une organisation est nécessaire

Pour pouvoir donner votre lait au biberon, il faut s'organiser : tirer du lait de réserve après la tétée de votre petit, en prévision des moments où il ne sera pas avec vous, puis tirer du lait chaque fois qu'il téterait s'il était avec vous. Vous obtiendrez ainsi quelques réserves, que vous constituerez au fil de votre allaitement.

## Du sein au biberon

Certains enfants sont très réticents pour prendre le biberon. Si c'est le cas de votre enfant, ne vous inquiétez pas trop et ne le forcez pas. C'est une période qui peut être « difficile » à traverser pour la maman comme pour l'enfant. Demandez du soutien auprès de votre entourage. Il arrive souvent que le bébé accepte mieux le biberon lorsqu'il est donné par le papa ou une autre personne. Une période dite « d'adaptation » au biberon doit être organisée une semaine à dix jours avant son entrée en structures collectives ou familiales.

## Un point sur l'hygiène corporelle et l'entretien du matériel

L'hygiène au moment du recueil : un temps primordial ! Installez-vous dans un endroit où vous ne serez pas dérangée.



## ■ Tableau récapitulatif : règles d'hygiène

DU CÔTÉ DES MAMANS	
Hygiène corporelle	Entretien du matériel
<p><b>Quotidiennement</b> : douche et change des sous-vêtements.</p> <p><b>Avant chaque recueil de lait</b> : lavage soigneux des mains (savonnage avec savon liquide et essuyage avec un linge propre).</p>	<p>→ <b>Lors de la première utilisation</b> :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle le biberon et ses accessoires ainsi que le tire-lait.</i></li><li>2. <i>Rincer abondamment.</i></li><li>3. <b>Laisser sécher sans essuyer.</b></li></ol> <p>→ <b>Après chaque utilisation</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>Vider rapidement le biberon et le rincer à l'eau froide.</i></li><li>2. <i>Nettoyer le matériel (biberon, tire-lait et accessoires) avec de l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle,</i></li><li>3. <i>Nettoyer le biberon et la tétine avec un goupillon,</i></li><li>4. <i>Rincer puis laissez bien sécher sans essuyer.</i></li></ol> <p>Si vous possédez un lave-vaisselle, lavez tous les accessoires en utilisant un cycle complet à 65° à l'exception des tétines en caoutchouc. Pour un enfant en bonne santé, il est inutile de stériliser le biberon et ses accessoires.</p>

DU CÔTÉ DES PROFESSIONNELLES En structure d'accueil et chez les assistantes maternelles	
Hygiène corporelle	Entretien du matériel
<p>→ Tenue de travail propre,</p> <p>→ Dans la biberonnerie, port de la sur-blouse, de la charlotte, et port du masque si nécessaire.</p> <p>→ Lavage des mains soigneux</p>	<p>→ Plan de travail propre et nettoyé,</p> <p>→ <b>Après la prise du biberon</b> :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>Vider rapidement le biberon et le rincer à l'eau froide,</i></li><li>2. <i>Plonger le biberon et ses accessoires dans l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle,</i></li><li>3. <i>Nettoyer le biberon et la tétine avec un goupillon,</i></li><li>4. <i>Rincer le tout</i></li><li>5. <i>Laisser sécher sans essuyer.</i></li></ol> <p>Ou</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>Vider le biberon, rincer le à l'eau froide, puis le mettre dans le lave-vaisselle.</i></li><li>2. <i>Utiliser un cycle complet (au moins à 65°C)</i></li></ol>
Entretien du réfrigérateur	
<p>→ Pour éviter tout risque de contamination du réfrigérateur de la biberonnerie, on peut :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>stocker le récipient contenant le lait maternel dans une boîte hermétique évitant tout contact entre le lait maternel et le contenu du réfrigérateur.</i></li></ol> <p>Ou</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>Décontaminer les parois extérieures du récipient à l'aide d'une lingette prévue à cet effet (voir fiche HACCP entretien du réfrigérateur).</i></li></ol> <p>→ Nettoyage du réfrigérateur au moins 1 fois/mois.</p>	
Entretien de la biberonnerie	
<p>→ C'est un lieu strictement réservé aux professionnelles.</p> <p>→ Un protocole de nettoyage et de désinfection est écrit et affiché pour les locaux et le matériel</p>	

## Conseils aux parents pour le recueil, la conservation et le transport du lait maternel

### ■ 1-Le recueil :

- Le lait recueilli doit être conservé dans des flacons ou biberons en plastique polypropylène, en polycarbonate ou en verre. Les sachets stériles proposés dans le commerce ne peuvent pas être utilisés en structure d'accueil. Ils nécessitent trop de manipulations et sont par conséquent source de risques inutiles.
- Notez la date et l'heure du recueil sur une étiquette, ajoutez le nom et prénom de l'enfant, si le lait doit être donné dans le lieu d'accueil.
- Remplissez les récipients aux trois-quarts (80 à 100 ml) pour ne pas gaspiller le lait non bu que vous seriez obligée de jeter.
- La conservation des biberons doit se faire dans un réfrigérateur propre, qui doit être lavé au moins une fois par mois avec de l'eau savonneuse, rincé à l'eau, puis à l'eau javellisée.

### ■ 2- La conservation :

Un minimum de vigilance et d'organisation est nécessaire pour que votre lait soit conservé dans de bonnes conditions.

- Le contenant de conservation peut ne pas être stérile, à condition qu'il soit propre et sec.
- Avant toute conservation, notez le nom et le prénom de l'enfant, ainsi que la date et l'heure du 1<sup>er</sup> recueil de lait sur le biberon.
- **Le lait peut être conservé 4 heures à température ambiante (19-22°C)** entre le début du recueil et la fin de la consommation par le bébé.

### Une technique à respecter :

- Si le volume souhaité de lait à conserver est recueilli en une seule fois, verser le lait recueilli dans le biberon de conservation, fermez-le (obtrateur et capuchon) et **placer ce biberon directement dans un réfrigérateur à une température inférieure ou égale à 4°C.**
- Si le volume souhaité de lait n'est pas recueilli en une seule fois, verser le lait recueilli à chaque extraction dans le biberon de recueil, le refroidir et verser le lait refroidi dans un biberon de conservation, refermer le biberon (obturateur et capuchon) et placer le dans le réfrigérateur à une température inférieure ou égale à 4°C tant que le volume souhaité n'est pas atteint.

**ATTENTION : ne pas verser le lait tiède directement dans le lait précédent recueilli et mis au réfrigérateur.**



## CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

Au réfrigérateur	Au congélateur
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 48 heures maximum après le 1<sup>er</sup> recueil</li> <li>→ Température inférieure ou égale à 4°C</li> <li>→ Réfrigération immédiatement après le recueil</li> <li>→ Stocker les biberons dans la partie la plus froide du réfrigérateur sur les étagères et non dans la porte du réfrigérateur trop sujette à des changements de température à chaque ouverture.</li> </ul>	<p>Si le lait maternel doit être conservé plus de 48 heures, <b>congelez-le à -18°C</b></p> <p><b>Veiller à ne remplir le récipient qu'aux 3/4</b>, en prévision de l'augmentation du volume provoquée par la congélation.</p> <p><b>Conservation : 4 mois à -18°C.</b> Une fois ce temps limite de conservation atteint, tout lait non utilisé doit être jeté.</p>

### ■ 3- Précautions lors du transport du lait :

Il est essentiel que la chaîne du froid ne soit à aucun moment rompue.

Pour cela, le lait maternel préalablement réfrigéré ou congelé est transporté dans un sac isotherme ou dans une glacière, tous deux équipés de packs de réfrigération (pack de glace, ...).

**ATTENTION : le transport n'excédera pas une heure.**

A retenir	A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Le réfrigérateur doit comporter un compartiment dont la température est inférieure ou égale à 4°C.</li> <li>→ Il n'y a pas lieu de stériliser le biberon.</li> <li>→ Eviter toute rupture de la chaîne du froid.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Dépasser une durée de conservation du lait maternel de plus de 48 heures au réfrigérateur à une température inférieure ou égale à 4°C, et de plus de 4 mois au congélateur à -18°C.</li> <li>→ Transporter des biberons sur le site de consommation sans utiliser de glacière avec pack de glace.</li> <li>→ Recongeler du lait décongelé.</li> <li>→ Conserver le lait au freezer.</li> <li>→ Rajouter du lait fraîchement recueilli à du lait déjà réfrigéré.</li> </ul>

### ■ 4-Le réchauffage :

Lait réfrigéré	Lait congelé
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Sortir le biberon du réfrigérateur au moment de la tétée</li> <li>→ Ramener le lait maternel à température de consommation : faire tiédir le biberon au bain marie ou au chauffe biberon, température minimale de 30°C</li> <li>→ <b>Une fois réchauffé, le lait doit être consommé dans le demi-heure.</b></li> <li>→ <b>Tout reste de biberon préparé non consommé doit être jeté.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ <b>Pour décongeler le lait, placez-le au réfrigérateur au moins 6 heures avant l'heure prévue pour la consommation.</b> La décongélation peut également s'effectuer soit à température ambiante, mais placé au réfrigérateur dès que le liquide est décongelé, soit au bain-marie.</li> <li>→ <b>Le lait ainsi décongelé doit être consommé dans les 24 heures. Après ce délai, il doit être jeté.</b></li> <li>→ Pour une décongélation rapide, le récipient peut être mis sous un robinet d'eau froide, en ajoutant progressivement de l'eau chaude ou en le mettant dans un bain marie tiède ou encore dans un chauffe biberon thermostat 1.</li> </ul>

## De la réception à la consommation sur le lieu d'accueil

Dès l'arrivée sur le site de consommation, la professionnelle vérifie que les biberons de lait ont été correctement identifiés : nom et prénom de l'enfant et date et heure du 1<sup>er</sup> recueil. Les biberons seront alors placés au réfrigérateur pour les tétées du jour.

**ATTENTION : Si les conditions de recueil et de transport ne sont pas fiables ou si le recueil date de plus de 48 heures, le lait doit être jeté.**

Le lait maternel n'étant pas homogénéisé, après réfrigération ou congélation de celui-ci, ses constituants se séparent, la crème surnage et le reste du lait ressemble à de l'eau. Il suffit d'agiter doucement le récipient avant de donner le lait au bébé.

A retenir	A ne pas faire
<ul style="list-style-type: none"><li>→ Le biberon ne doit être sorti du réfrigérateur qu'immédiatement avant son utilisation.</li><li>→ Tout biberon sorti du réfrigérateur doit être utilisé dans un délai d'1 heure.</li><li>→ Les biberons peuvent être consommés à température ambiante.</li><li>→ Vérification de la traçabilité des biberons, et des conditions de transports.</li><li>→ Limiter les manipulations et n'accepter que des biberons prêts à l'emploi.</li><li>→ Vérifier la température intérieure du réfrigérateur, elle doit être inférieure ou égale à 4°C</li><li>→ Contrôle quotidien régulier de cette température avec enregistrement</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>→ Dépasser un délai d'une heure pour la consommation du biberon.</li><li>→ Tout biberon non terminé dans un délai de 60 minutes qui suit le début de sa consommation par l'enfant doit être jeté.</li><li>→ Lorsque le biberon a été réchauffé, le délai de consommation est réduit à 30 minutes.</li><li>→ Réchauffer les biberons à l'aide d'un four à micro-ondes.</li><li>→ Ne pas stocker les biberons de lait dans la porte du réfrigérateur.</li></ul>

### Petits conseils

#### Tétées et maladies :

- En cas de maladie de votre enfant par exemple une gastro, n'hésitez pas à lui proposer la tétée afin de favoriser son hydratation.

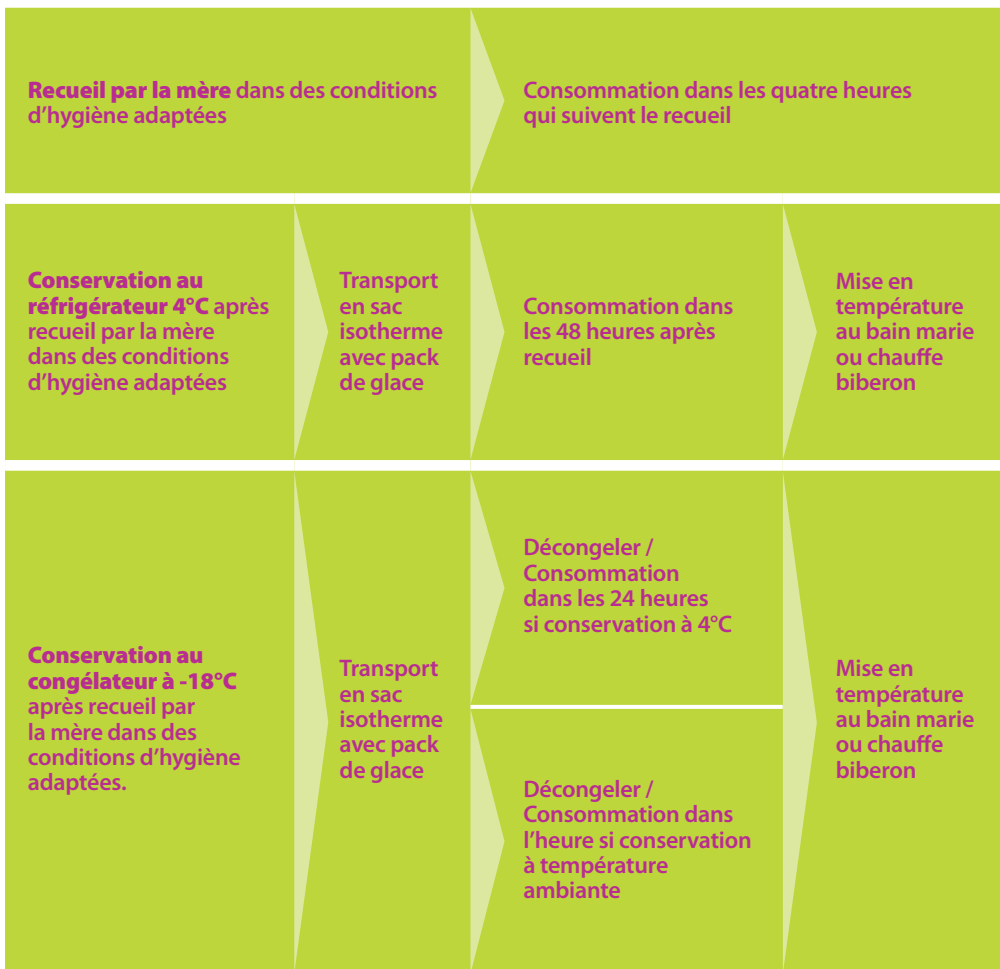
#### Tétées et médicaments :

- Pour tout médicament avec ou sans prescription, ou à base de plantes, pensez à demander conseil auprès d'une sage-femme ou d'un médecin.

#### Nos sources :

- la Lèche ligue
- le Guide de l'Allaitement Maternel 2023
- l'Association Française de Consultants en Lactation.

■ Pour conclure : schéma récapitulatif



Ce document vous est proposé par les professionnels du service petite enfance de la Ville d'Albi



# Allaitement maternel *C'est possible !* et accueil des enfants en crèche

© Ville d'Albi / Avril 2024 / Conception : Atelier Graphique Saint-Jean / Ne pas jeter sur la voie publique