

POURSUITE DE L'ALLAITEMENT

CONTRAT

Vous allez confier votre enfant..... à un établissement multi-accueil
(Crèche Hospitalière de l'Archet, Baie des Anges, CHU NICE)

Afin de vous permettre de poursuivre l'allaitement de votre enfant, nous vous proposons le contrat
Suivant :

- Vous vous engagez à fournir le lait tiré dans un biberon propre ou d'une poche étiqueté(e) au nom de l'enfant, avec la date et l'heure d'expression du lait.
- Ce biberon devra être transporté dans un sac isotherme avec un pack réfrigéré lors du trajet maison/crèche.
- Nous nous engageons à ne donner à votre enfant que le lait fourni, prêt à l'emploi, et à en assurer sa conservation.
- **Tout biberon apporté ne satisfaisant pas à ces conditions sera refusé.**

Par contre, la crèche étant soumise à une réglementation particulière en matière de restauration collective, il ne vous sera pas possible de porter de repas particulier pour votre enfant.

Je soussigné(e) Mme/ Mr/ Mlle Mère/ Père de l'enfant
déclare accepter les conditions du protocole d'allaitement établi par
et dégager de toute responsabilité l'établissement multi-accueil, en cas de problème lié à la prise du lait
apporté.

Fait à Le.....

Signature des parents

Signature du responsable d'Accueil

ALLAITER ET TRAVAILLER

Les six premiers mois de la vie, aucun autre lait ou aliment n'est aussi bon que votre lait.

Vous avez choisi de poursuivre l'allaitement maternel de votre enfant lors de son entrée en crèche. Le bon déroulement de cet allaitement nécessite une organisation rigoureuse.

Vous pouvez commencer dès la fin du premier mois à faire des réserves de lait pour la reprise. Il est plus facile au début de tirer le lait pendant la tétée ou juste après. Ensuite, vous pourrez exprimer le lait du jour pour le lendemain sur le lieu de travail. Il est inutile d'« entraîner » votre bébé à prendre le biberon, de diminuer le nombre de tétées, il fera vite la différence.

Afin que votre bébé puisse continuer à être nourri avec votre lait, il est important de suivre les conseils indispensables ci-dessous :

➤ ALLAITER ET TRAVAILLER, C'EST VOTRE DROIT

Vous pouvez disposer d'une heure non-rémunérée (ou 2 fois 30 min), pour allaiter votre enfant ou exprimer votre lait sur le lieu de travail.

Articles L.224-2, L.224-3 et L.224-4 du Code du Travail

N'hésitez pas à consulter votre convention collective.

➤ NETTOYAGE DU MATERIEL

- La stérilisation n'est pas obligatoire, par contre il est indispensable de nettoyer le tire-lait avant chaque utilisation à l'eau chaude savonneuse et de bien le rincer (ou lave-vaisselle).
- Le matériel doit sécher sans être essuyé sur un support propre.

➤ COMMENT EXPRIMER VOTRE LAIT ?

Essayez de garder la même fréquence que les tétées habituelles pour conserver la même sécrétion surtout si vous confiez votre enfant avant l'âge de 4 mois. Pour un allaitement exclusif prolongé, il est recommandé une moyenne de collecte de 500 ml.

Vous pouvez apprendre à le faire manuellement, il faut simplement se laver les mains et le récolter au-dessus d'un bol propre.

Vous pouvez utiliser un tire-lait :

- Electrique, loué dans une pharmacie. L'ordonnance médicale doit être établie au nom de la mère simple ou double pompage avec kit de raccordement complet pour toute la durée de l'allaitement, sans oublier de préciser taille de téterelles.

- Manuel avec recueil directement dans les sachets ou non. (respecter les modalités de désinfection recommandée par le fabricant)

Il est important de se rappeler qu'un bébé qui passe sa commande de lait au sein, va un peu vite au début et ralentit sa succion lorsque le lait est éjecté, vous serez peut-être plus efficace en essayant de reproduire la tétée du bébé : rapide avant que le lait ne jaillisse soit 50 suctions/minute et plus lent quand le lait vient.

Les jours de repos, allaitez votre enfant à la demande afin d'entretenir la lactation surtout si vous reprenez le travail avant 4 mois.

➤ RECUEIL

- Le lavage des mains est essentiel avant toutes ces manipulations pour ne pas contaminer votre lait.
- Une hygiène quotidienne corporelle et vestimentaire est suffisante.
- Utiliser un tire-lait ayant un biberon de petite contenance (60 ml à 120 ml) qui s'adapte directement en se vissant.
- Si le volume de lait est recueilli en plusieurs étapes, ne versez pas le lait tiré tiède dans le biberon déjà réfrigéré mais refroidissez cette nouvelle quantité au réfrigérateur avant de la rajouter à l'autre. Notez la date et l'heure du premier recueil de lait s'il y a eu mélange.
- Ne pas hésiter à faire appel à un professionnel compétent si besoin (sage-femme, puéricultrice...).

➤ CONSERVATION DU LAIT MATERNEL RECUEILLI

Quel que soit le type de conservation, notez la date et l'heure du recueil, le nom et prénom de votre enfant.

- Réfrigérateur: => la durée maximale de conservation est de 2 jours (48h)
 - Conservez les biberons sur les étagères, pas dans la porte
 - La température de votre réfrigérateur doit être comprise entre 0°C et 4°C
- Congélateur du réfrigérateur (2 portes séparées) => La durée maximale de conservation est de 4 mois
 - Remplissez le biberon aux $\frac{3}{4}$ car le lait va augmenter de volume en se congelant
 - La température de votre congélateur doit être de -18°C
- Lait maternel décongelé et mis au réfrigérateur => 24 heures et ne pas le recongeler

Ces temps de conservation s'appliquent au lait frais et les durées de conservation ne peuvent s'ajouter (ex: on ne peut pas congeler du lait ayant passé 2 jours au réfrigérateur.)

	Recommandations françaises*
Température de la pièce à 25°C	Non renseignées
Au réfrigérateur (immédiatement après le recueil du lait) à 4°C	< 48h
Conditions de transport : entre 4°C et 15°C, correspondant à la température obtenue dans une glacière avec un bloc de congélation.	< 4h
Complètement décongelé et placé dans un réfrigérateur à 4°C	< 24h
Lait auparavant congelé, porté à température de la pièce à 25°C	< 1h
Au congélateur à -18°C	< 4 mois

*AFSSA- Recommandations du Ministère de la Santé 10/2006- <http://www.anses.fr/Documents/NUT-fi-GuideLaitBebe.pdf>

Au fil du temps, le goût et l'odeur du lait changent. Ainsi, même si la contamination bactérienne continue à diminuer pendant 8 jours, les bébés n'aiment pas le goût du lait qui reste trop longtemps au réfrigérateur et préfèrent souvent un lait congelé très frais puis décongelé.

➤ SUPPORTS DE CONGÉLATION

Par quantités de 60 à 120 ml (pour éviter le gâchis !)

- Dans des biberons pour confier à une collectivité (**bien inscrire au feutre résistant à l'eau, le nom, prénom de l'enfant et la date et heure de recueil**)
- Dans des sacs à fermeture intégrée, très pratiques,. Dans le commerce, vous trouverez des sachets avec un système de fermeture à pinces).

➤ TRANSPORT DU LAIT MATERNEL

Respectez la chaîne du froid.

Transportez les biberons congelés ou réfrigérés avec leur bague, tétine et capuchon dans un sac isotherme avec un pack réfrigéré en permanence.

Ce mode de transport est obligatoire pour que les biberons soient pris en charge à la crèche.

A l'arrivée sur le lieu d'accueil, donnez les biberons étiquetés au professionnel qui se chargera de les stocker au réfrigérateur

➤ RÉCHAUFFAGE DU LAIT MATERNEL

Passez-le sous un filet d'eau tiède-chaude, il ne faut pas le chauffer brutalement.

Ne pas employer le micro-onde.

N'oubliez pas d'agiter le lait décongelé pour l'homogénéiser car il peut rester des paillettes de graisses. Le lait peut avoir un aspect (crémeux ou transparent ...), une odeur et une couleur variable (blanc, bleuté...)

➤ COMMENT FAIRE DONNER LE LAIT À VOTRE BÉBÉ ?

Certains enfants ne seront pas gênés par l'introduction de la tétine des biberons, d'autres peuvent devenir paresseux au sein ou avoir une confusion sein-tétine.

Le lait peut alors être donné au moyen d'une tasse, timbale ou gobelet ...

➤ IL EXISTE UNE DIFFÉRENCE DE VOLUME ENTRE LAIT MATERNEL ET LAIT INDUSTRIEL

On peut compter des différences de volume du simple au double: un bébé peut avoir besoin de 120 millilitres de lait industriel, là où un bébé au lait maternel boira 60 millilitres.



LE POINT SUR

ENVIRONNEMENT, TRAVAIL ET ALIMENTATION

→ Environnement et santé

Comment bien recueillir, conserver et transporter le lait maternel en toute sécurité

Lorsque la maman choisit d'utiliser le lait maternel pour nourrir son enfant, l'allaitement directement au sein est à privilégier. En cas d'impossibilité d'allaiter au sein, voici les précautions à respecter pour préparer un biberon de lait maternel.





LE POINT SUR

→ PREMIERS GESTES RECOMMANDÉS

- Prenez une douche et changez de sous-vêtements quotidiennement.
- Les méthodes de recueil (tire-lait manuel ou électrique, expression manuelle) peuvent vous être expliquées à la maternité, dans les centres de protection maternelle et infantile (PMI), éventuellement par votre pharmacien, votre médecin ou auprès d'une association.



→ NETTOYAGE DU MATÉRIEL

Avant toute manipulation, lavez-vous soigneusement les mains.

Avant la première utilisation :

- lavez à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle, le biberon¹ et ses accessoires, ainsi que le tire-lait ;
- rincez bien ;
- **laissez sécher sans essuyer.**

Après utilisation :

- videz le biberon ;
- rincez au robinet à l'eau froide ;
- plongez le biberon et ses accessoires dans de l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle ;
- nettoyez le biberon avec un goupillon² et rincez.



Le tire-lait doit être rincé sous le robinet d'eau froide puis plongé avec le biberon dans l'eau chaude.

Éventuellement, vous pouvez ébouillanter le biberon (évitiez la stérilisation à froid).

- **Laissez sécher sans essuyer.**
- Jetez les ustensiles abimés ou usagés³ et remplacez-les par du matériel neuf.

Si vous possédez un lave-vaisselle, lavez tous les accessoires en utilisant un cycle complet à 65 °C, à l'exception des tétines en caoutchouc.

¹ biberon, tasse ou autre récipient.

² Brosse allongée réservée au nettoyage du biberon.

³ Ustensiles de recueil (biberon, tétine...) et matériel de nettoyage (goupillon...).