Apprêter une préparation hypercalorique pour nourrissons à partir de poudre

Making High Calorie Baby Formula from Powder

☐ 22 calories ☐ 24 calories ☐ 27 calories ☐ 30 calories ☐ Autre _____

Qu'est-ce qu'une préparation hypercalorique pour nourrissons?

La plupart des préparations pour nourrissons contiennent 20 calories par 30 ml ou par once. **Parfois, les bébés ont besoin de plus de calories que cela pour les aider à grandir**.

Lorsque nous augmentons la quantité de poudre, cela donne à votre bébé les calories supplémentaires dont il a besoin. C'est ce que nous appelons une préparation enrichie.

Quelle préparation devrais-je acheter?

Achetez n'importe quelle marque de préparation pour nourrissons **en poudre**. Vérifiez l'étiquette. Assurez-vous que la poudre que vous choisissez est destinée aux bébés de **0 à 12 mois.**

Que dois-je faire pour l'apprêter?

Ayez un thermomètre alimentaire à portée de la main.

Avant d'apprêter la préparation de votre bébé, lavez et stérilisez toujours les biberons et les outils de mesure utilisés pour mélanger.

1. Lavez-vous les mains à l'eau tiède savonneuse.
2. Lavez la cuillère, les biberons, les tétines, les bagues, les bouchons, les tasses à mesurer, les pinces et le couteau à l'eau chaude savonneuse. Rincez bien.
3. Placez tous les articles dans une grande casserole. Ajoutez de l'eau à la casserole jusqu'à ce que vous couvriez les articles avec de l'eau. Gardez les poignées des pinces hors de l'eau.
4. Portez l'eau à ébullition pendant 2 minutes. Laissez la casserole à découvert.
5. Après 2 minutes, utilisez les pinces pour retirer les autres articles et placez-les sur une serviette propre. Utilisez les articles immédiatement ou laissez-les sécher à l'air sur la serviette si vous ne les utilisez pas immédiatement.

Comment puis-je mélanger la préparation?

1. Lavez-vous les mains à l'eau tiède savonneuse.
2. Faites bouillir l'eau pendant deux minutes dans une grande casserole ou dans la bouilloire. Utilisez une bouilloire électrique seulement si l'eau dans la bouilloire reste bouillante pendant deux minutes complètes après qu'elle a commencé à bouillir.
3. Laissez l'eau refroidir à 70 °C (158 °F). Vérifiez la température avec le thermomètre alimentaire. L'eau doit être chaude pour tuer les bactéries nuisibles qui se trouvent dans la poudre.
4. Mesurez l'eau dans un biberon doté de marques de mesure claires ou une tasse à mesurer.
5. Mesurez la poudre de la préparation en utilisant la cuillère qui se trouve dans le contenant. Utilisez le côté plat du couteau pour égaliser la cuillère.
6. Ajoutez la poudre de la préparation à l'eau refroidie et mélangez bien.

Quelle quantité de poudre dois-je ajouter à la préparation?

Calories	Quantité d'eau	Quantité de préparation	Quantité totale
☐ 22 calories	105 mL	2 scoops	118 mL
	160 mL	3 scoops	180 mL
☐ 24 calories	95 mL	2 scoops	108 mL
	145 mL	3 scoops	165 mL
☐ 27 calories	85 mL	2 scoops	98 mL
	125 mL	3 scoops	145 mL
☐ 30 calories	75 mL	2 scoops	88 mL
	110 mL	3 scoops	130 mL
☐ ___ calories	____mL	____mL	____mL

mL = millilitre

Utilisez toujours une cuillère à préparation et des tasses à mesurer standards

Pendant combien de temps la préparation mélangée est-elle sécuritaire?

Vous pouvez conserver la préparation mélangée dans un récipient fermé jusqu'à 24 heures au réfrigérateur. Jetez toute la préparation mélangée inutilisée après 24 heures.

Vous devriez utiliser tous les biberons chauffés de préparation mélangée dans un délai de deux heures après les avoir chauffés.

Ne congelez jamais la préparation mélangée.

La congélation rend la préparation grumeleuse. Elle modifie également les nutriments qui s'y trouvent.

Pendant combien de temps la préparation en poudre est-elle sécuritaire?

Une fois ouvert, couvrez hermétiquement le contenant et conservez-le dans un endroit propre et sec.

Étiquetez le contenant avec la date et l'heure auxquelles vous l'avez ouvert.

Utilisez la poudre dans un délai d'un mois. **Vous devez jeter toute la poudre qui reste dans la boîte après un mois.**

Comment dois-je nourrir mon bébé avec la préparation enrichie?

1. Agitez doucement le biberon de préparation.
2. Réchauffez le biberon en le plaçant dans de l'eau tiède. **N'utilisez pas** un micro-ondes pour chauffer la préparation. Cela crée des points chauds et peut brûler la bouche de votre bébé.
3. Agitez doucement le biberon de nouveau. Vérifiez toujours la température du lait avant de nourrir votre bébé.
4. Jetez toute préparation qui reste dans le biberon après un boire.

Que faire si mon bébé et moi sommes loin de la maison quand il est temps de le nourrir?

Si vous devez être loin de la maison pendant **moins de deux heures**, conservez la préparation enrichie dans un sac isotherme avec un bloc réfrigérant. Après deux heures, vous devez jeter la préparation enrichie.

Si vous devez être loin de la maison pendant **plus de deux heures,** il est plus sécuritaire d'allaiter votre bébé. Si ce n'est pas une option, apportez des biberons non ouverts de préparation prête à servir pour nourrir votre bébé.

Remarque : La préparation prête à servir contient 20 calories par 30 mL. Elle ne devrait pas remplacer régulièrement la préparation enrichie.

Pendant combien de temps mon bébé aura-t-il besoin d'une préparation enrichie?

Chaque bébé est différent. Certains bébés ont besoin d'une préparation enrichie plus longtemps que d'autres.

Le médecin (pédiatre) et/ou le diététiste de votre enfant vérifiera sa croissance et vous aidera à décider quand vous devrez arrêter d'enrichir la préparation de votre bébé.

Et si j'ai des questions?

Posez-les à votre diététiste en milieu hospitalier./Ask your dietitian.

Nom/Name: _____

Téléphone/Phone: _____ poste/ext. _____

Parlez à un(e) diététiste ou à un(e) infirmier(ère) autorisé(e) de HealthLinkBC. Téléphone : 8-1-1

Appelez un(e) infirmier(ère) des Soins virtuels de Fraser Health.
Disponible de 10 h à 22 h tous les jours.
Téléphone : 1-800-314-0999
Clavardage en direct : fraserhealth.ca/virtualcare