

Votre lait est un véritable trésor pour votre bébé. Il répond parfaitement à ses besoins et lui apporte tout ce dont il a besoin pour bien grandir.

À la crèche, nous soutenons l'allaitement maternel. Si vous souhaitez, vous pouvez venir allaiter votre bébé jusqu'à ses 1 an. Une salle calme et confortable est spécialement aménagée pour vous accueillir.

Ou bien, si vous souhaitez qu'il continue à profiter de ses bienfaits, vous pouvez tirer votre lait, le conserver et le confier à son lieu d'accueil (crèche ou assistante maternelle).

Ainsi, même lorsque vous êtes séparés, votre bébé pourra encore savourer votre lait, et vous retrouverez avec bonheur les tétées au sein quand vous serez ensemble, le soir et les week-ends. Votre corps s'adaptera naturellement à ce rythme, en ajustant votre production de lait selon les tétées partagées avec votre bébé.

Il est normal que votre bébé préfère le sein. Il peut éventuellement refuser le biberon de lait maternel avec vous, avant la reprise du travail.

Faites-lui confiance, faites-vous confiance, il va trouver sa solution pour s'adapter.

N'hésitez pas à en parler avec l'équipe d'accueil ou à votre assistante maternelle, qui sont là pour vous accompagner et sont à votre écoute.

« Pendant l'allaitement, il est recommandé d'éviter l'alcool et de ne pas consommer de tabac afin de protéger la santé du bébé et de favoriser un développement optimal. »

NUMÉROS UTILES & RESSOURCES

- Consultante en lactation IBCLC :
www.consultants-lactation.org
- Maternité: **02.54.88.33.00** (poste1934)
maternite@ch-romorantin.fr
- Service de Protection Maternelle et Infantile: **07.86.07.80.35**
- Allo Allaitement Association
Information Allaitement)
0 800 400 412 (numéro vert, gratuit)
www.infoallaitement.org
- Consultation de suivi d'allaitement-alimentation au sein du CHRL sur RDV
02.54.88.33.47
- Consultation avec une puéricultrice de l'hôpital sur RDV ou consultation en Maternologie :
02.54.88.33.46
- Psychanalyste spécialisé en Maternologie:
Bertrand SCHNEIDER **06.63.45.28.54**

L'allaitement maternel sur le lieu d'accueil de votre enfant



Services petite enfance de Romorantin-Lanthenay



Recueil du lait

Vous souhaitez que votre bébé profite des qualités de votre lait, vous pouvez le recueillir, le conserver et le transporter dans le lieu d'accueil de votre enfant.

Vous pouvez conserver les tétées au sein lorsque vous êtes avec votre bébé, y compris les week-ends.

Avant de recueillir votre lait, pensez à vous laver les mains et utilisez toujours du matériel propre.

Le lait se recueille dans des sachets de congélations prévus pour stocker le lait maternel. Le recueil du lait peut se réaliser en plusieurs fois si le volume souhaité n'est pas suffisant. Cependant, ne mélangez pas du lait fraîchement recueilli au lait déjà réfrigéré sans l'avoir refroidi au préalable. Vous pouvez commencer à recueillir votre lait quelques semaines avant la reprise du travail pour vous permettre d'avoir un stock d'avance.



Conservation du lait

Indiquez **TOUJOURS** le nom, prénom pour le lieu d'accueil, jour et heure du 1er recueil de lait sur le sachet de congélation prévus pour stocker le lait maternel (graduation visible, étiquette avec la date..).

Vérifier que le réfrigérateur est à 4° maximum, n'entrez pas les récipients dans la porte (température moins élevée).

Une fois votre lait recueilli, vous pouvez le conserver :

Au réfrigérateur à une température inférieure ou égale à 4° : le lait peut y être conservé **48 h maximum**

Au congélateur à - 18° :

- le lait sera consommé dans les 4 mois.
- Privilégiez les petits contenants (60 g à 120 ml max)
- Le lait congelé peut être conservé 48 h au réfrigérateur.
- Il ne devra pas être recongelé.
- Le lait sera décongelé au réfrigérateur, au bain marie ou au chauffe-biberon thermostat 1 à donner dans l'heure.

Transport du lait

La chaîne du froid ne doit pas être interrompue. Les récipients seront transportés dans **un sac isotherme ou une glacière** avec pack réfrigérant.

Le transport n'excédera pas 1 heure.

Après congélation, le lait ne sera transporté que 2 fois maximum.

Rechauffage du lait

Le **lait maternel** peut être réchauffé :

- Au bain-marie
- Au chauffe-biberon position 1
- Jamais aux micro-ondes
- Suite au réchauffage : se conserve 1 heure
- Tout reste chauffé mais non consommé sera remis aux parents le soir afin qu'ils puissent l'utiliser à la maison (pour le bain).
- En plus des contenants quotidiens, nous vous demandons 2 biberons en verres pour la crèche.

