

Recommandations d'hygiène pour la préparation et la conservation des biberons Questions/réponses

Cas 1 Au domicile

Thème 1 : Préparation du biberon

■ **L'eau du robinet peut-elle être utilisée pour reconstituer le biberon ? Si oui, sous quelles conditions ? Faut-il la faire bouillir ?**

De manière générale, l'eau froide du robinet, non adoucie et non filtrée, convient pour reconstituer le biberon sous certaines conditions :

après ouverture du robinet, un temps d'écoulement (1 à 2 minutes si vous n'avez pas utilisé votre robinet récemment, 3 secondes sinon) de l'eau est respecté avant de la recueillir.

seule l'eau froide est exclusivement utilisée (attention à la position du mitigeur), car au-delà de 25°C, l'eau peut être plus riche en micro-organismes et en sels minéraux.

le robinet utilisé fait l'objet d'un entretien régulier (nettoyage, détartrage notamment). Ainsi, si votre robinet est équipé d'un diffuseur à son extrémité, pensez à le détartrer régulièrement : dévissez le diffuseur et placez-le dans un verre de vinaigre blanc.

le plan de travail (le plus souvent l'évier) et les accessoires situés à proximité font l'objet d'un entretien régulier avec des produits détergents.

la concentration de l'eau en plomb ne doit pas dépasser 10 µg/L pour la préparation des biberons. Dans les habitats anciens (antérieurs à 1948) où les canalisations peuvent contenir encore du plomb, ce point mérite une attention particulière. On peut se reporter au dossier spécifique du ministère de la Santé sur ce sujet : <http://www.sante.gouv.fr>.

la composition minérale de l'eau distribuée est compatible avec les critères de qualité pour les eaux embouteillées destinées à la consommation des nourrissons notifiés dans l'avis de l'Afssa du 2 décembre 2003. Il est conseillé de se renseigner auprès des mairies ou des DDASS pour obtenir les informations relatives à la qualité de l'eau de robinet distribuée.

il n'est pas recommandé d'utiliser de l'eau ayant subi une filtration (carafe filtrante par exemple ou tout autre type de traitement de filtration à domicile) ou ayant subi un adoucissement car sa charge microbienne peut être excessive.

Si ces conditions sont respectées, il n'est alors pas nécessaire de faire bouillir l'eau avant de reconstituer le biberon. Faire bouillir l'eau ne se justifie que dans des situations exceptionnelles : en l'absence d'eau potable ou d'eau embouteillée. Il convient alors de bien faire attention que l'eau soit suffisamment refroidie avant de l'utiliser pour reconstituer le biberon, et éviter ainsi les risques de brûlures.

En cas de doute sur le respect de ces différentes conditions, il convient d'utiliser une eau embouteillée avec la mention « convient pour l'alimentation du nourrisson » (une bouteille ouverte doit être réfrigérée et consommée dans les 24 heures).

■ **Pourquoi l'eau embouteillée ne peut-elle pas être conservée plus de 24 h au réfrigérateur ?**

Il est effectivement souhaitable qu'une bouteille ne soit pas conservée au réfrigérateur au-delà de 24 h après son ouverture, quelle que soit son utilisation. En effet, l'eau embouteillée n'est pas stérile et ne peut donc être conservée plusieurs jours sans risque de développement microbien. Les différents conditionnements disponibles (33 cL, 50 cL, 1 L, 1,5 L et 2 L) doivent permettre de s'adapter à l'utilisation qui en est faite.

■ **Quelles précautions dois-je prendre pour éviter toute contamination de la dosette utilisée pour doser la poudre ?**

La cuillère-mesure (dosette) doit être maintenue sèche et jetée lorsque la boîte est entièrement consommée.

L'utilisateur(trice) devra toujours utiliser la dosette issue de sa boîte d'origine (ne pas utiliser une dosette provenant d'une autre boîte). Les manipulations de la dosette doivent s'effectuer avec des mains propres et sèches.

Thème 2 : Conservation du biberon

■ **Puis-je conserver un biberon préparé au réfrigérateur pour la nuit avant de le donner à mon enfant ?**

Il est hautement préférable de préparer les biberons de manière extemporanée (c'est à dire juste avant la consommation). Il n'est pas recommandé de conserver le biberon toute la nuit, même au réfrigérateur.

Il est indiqué dans le rapport : "*lorsque le biberon est destiné à être consommé dans un délai de moins d'1 heure, il peut alors rester à température ambiante, à l'abri du soleil et de toute source de chaleur.*" puis "*Après le début de sa consommation par l'enfant, tout biberon non terminé dans un délai d'1 heure doit être jeté.*"

■ **Est-ce à dire que les deux délais s'ajoutent ?**

Non, ces deux délais ne s'ajoutent pas. Il faut parvenir à un délai maximal de consommation d'1 heure tout compris.

Thème 3 : Réchauffage du biberon

■ **Pourquoi ne dois-je pas réchauffer le biberon au four à micro-ondes ? est-ce la même chose pour les petits pots pour bébés ?**

Il n'est pas indispensable de réchauffer la préparation lactée avant de la donner à l'enfant. Néanmoins, si un réchauffement est effectué, le rapport de l'Afssa recommande de ne pas utiliser le four à micro-ondes pour réchauffer les biberons pour la raison suivante : la forme du biberon ne se prête pas bien au réchauffement au micro-ondes. De fait, il peut exister une très grande hétérogénéité de températures au sein du biberon de lait qui sort de ce four à micro-ondes. Celle-ci peut engendrer, en cas de température excessive, un risque élevé de brûlures de la bouche et de la gorge de l'enfant (des cas de brûlures graves ont été observés), et un risque de diminution de la qualité nutritionnelle du lait (dégradation des vitamines et dénaturation des protéines), dont les conséquences délétères sont surtout à craindre chez le prématuré.

C'est pourquoi le rapport souligne que, si un réchauffement est effectué, il doit l'être au bain-marie ou au chauffe-biberons. Par ailleurs, après réchauffement du biberon, il est essentiel de toujours agiter le biberon pour homogénéiser la température du lait, et de

vérifier cette température en mettant quelques gouttes sur la face interne de l'avant-bras de la personne qui alimente l'enfant avant de donner le biberon à celui-ci.

Pour les petits pots pour bébés, la situation est différente car la nourriture absorbée est souvent d'abord placée dans une assiette et mélangée avant de nourrir l'enfant à la cuiller, ce qui homogénéise la température de la nourriture. En outre, l'enfant peut plus facilement recracher le contenu de la cuiller qu'on lui présente si la température est trop élevée, ce que ne peut pas faire un bébé lorsqu'on lui donne le biberon.

■ **Puis-je réchauffer l'eau au four à micro-ondes avant d'ajouter la préparation en poudre ?**

Si on veut chauffer l'eau dans le biberon (par exemple pour de l'eau embouteillée conservée au réfrigérateur), il convient d'utiliser un chauffe-biberons.

Thème 4 : Nettoyage du matériel

■ **Pourquoi n'est-il pas, de manière générale, nécessaire de stériliser les biberons à domicile et dans les structures d'accueil de la petite enfance ?**

Le rapport de l'Afssa souligne que d'une façon générale, à domicile comme en structures d'accueil de la petite enfance, il n'y a pas lieu de stériliser les biberons si l'enfant est en bonne santé. En effet, les enfants accueillis dans ces structures sont en bonne santé et uniquement exposés au risque infectieux de toute collectivité : il s'agit d'un risque infectieux de bas niveau. Il n'est donc pas nécessaire, dans ces structures, de stériliser les biberons. On notera que ni les procédés chimiques dits de « stérilisation », ni les dispositifs à micro-ondes, ni les « stérilisateur à biberons » du commerce ne peuvent, au sens de la normalisation européenne (CEN) ou française (AFNOR), être qualifiés de procédés de stérilisation.

En revanche, il convient d'effectuer un nettoyage soigneux. Ainsi, les précautions suivantes de nettoyage doivent être prises :

- après utilisation, le biberon est vidé de son éventuel contenu résiduel, rincé à l'eau froide et lavé en lave-vaisselle en utilisant un cycle spécifique complet (haute température à 65°C au minimum et séchage impératif). Les bagues, les capuchons et les tétines en silicone peuvent également être mis au lave-vaisselle.
- les tétines en caoutchouc ne peuvent pas être mises au lave-vaisselle car la chaleur les détériore; elles sont rincées et nettoyées minutieusement avec un écouvillon propre en les retournant.
- en l'absence de lave-vaisselle, après utilisation, le biberon et les annexes sont rincés à l'eau froide et nettoyés par immersion dans de l'eau additionnée de produit détergent (liquide-vaisselle) avec un écouvillon propre, puis rincés. Le biberon et ses annexes doivent être mis à sécher, sans utiliser de torchon (voir modalités précisées en question suivante).

■ **Après nettoyage, comment conserver les biberons avant une nouvelle utilisation ? Faut-il les sécher au préalable ?**

Deux possibilités existent pour conserver les biberons avant une nouvelle utilisation :

- soit un stockage du biberon démonté et un séchage naturel spontané à l'air libre, le biberon étant placé la tête en bas, sur un présentoir vertical, et dans un endroit propre et sec (éviter l'évier ou le placard sous évier).
- soit un stockage du biberon remonté avec ses annexes, lavé et rincé au réfrigérateur (dans ce cas, vider soigneusement le biberon des gouttes résiduelles avant une nouvelle utilisation).

Dans ces deux cas, ne pas utiliser de torchon pour essuyer le biberon.

Cas 2 : En collectivités

Thème 1 : Préparation des biberons

■ Comment assurer la traçabilité des biberons en collectivités ?

Afin d'assurer la traçabilité des biberons dans les collectivités, les mesures suivantes doivent être mises en place :

Les biberons sont munis d'une étiquette (ou d'un système de traçabilité équivalent) permettant de connaître :

- Nom, prénom, date de naissance de l'enfant ;
- Dénomination du lait ;
- Identification des substances éventuellement ajoutées (qui doivent obéir aux mêmes exigences bactériologiques que tous les ingrédients : poudre de lait, eau, amidon, épaississant, huile...) ;
- Date et heure limites de consommation ;
- Service destinataire le cas échéant.

Par ailleurs doivent être enregistrés chaque jour, pour chaque enfant, le type de préparation lactée, en poudre ou liquide prête à l'emploi, les ajouts éventuels et les numéros de lot.

■ Comment faire lorsqu'il semble impossible de se passer du four à micro-ondes pour réchauffer les biberons, dans de très petites structures par exemple ?

Lorsque les structures n'ont pas de possibilité d'utiliser un bain-marie, il convient d'utiliser absolument un chauffe-biberons individuel et de ne pas recourir à l'usage du four à micro-ondes.

Thème 2 : Conservation des biberons

■ Pour le lait de femme, quel est le temps maximal pendant lequel le lait peut être conservé à 4°C après la décongélation jusqu'à la consommation ?

Le temps maximal auquel le lait peut être conservé à 4°C après la décongélation jusqu'à la consommation est de 30 heures.

■ Pourquoi est-il préconisé une durée de 30 heures pour la conservation du biberon en enceinte réfrigérée et pas de 24h comme l'eau embouteillée ?

Cette durée s'explique de manière pragmatique car on y inclut le temps de préparation et de distribution du biberon.

Thème 3 : Cas du lait maternel

■ Une directrice de crèche refuse que j'allaiter le midi en crèche. Est-ce légitime ?

Il n'existe aucune raison scientifique ou réglementaire à ce refus : la promotion de l'allaitement est une recommandation officielle du Ministère de la santé. L'allaitement direct doit être **favorisé dès que possible**. Rien ne doit s'opposer à la distribution du lait de mère. Par ailleurs, la directrice de crèche n'a pas le pouvoir réglementaire de refuser que vous allaitiez en crèche le midi.

■ **Dans certaines crèches, le lait de mère acheminé réfrigéré n'est pas autorisé. Cette précaution est-elle utile ?**

Le lait de mère peut tout à fait être acheminé réfrigéré si des précautions sont prises au moment du **recueil, de la conservation** (cf. ci-dessous) et du **transport** du lait, notamment en prenant garde à **éviter toute rupture de la chaîne du froid au cours** de ce transport. Que le lait soit réfrigéré ou congelé, il doit être transporté dans une glacière ou dans un sac isotherme avec pack de réfrigération. Le transport ne devra **pas excéder 1 heure** et le biberon devra être **placé à 4°C dès l'arrivée** en crèche.

Les recommandations suivantes doivent être suivies au moment du recueil et de la conservation du lait :

Recueil du lait :

bien se laver les mains.

s'installer dans un endroit propre.

poser le biberon et le tire-lait sur un plan de travail nettoyé soigneusement.

Conservation du lait :

si le volume souhaité de lait est recueilli en une seule fois, fermer le biberon avec le couvercle étanche.

si le volume souhaité de lait est recueilli en plusieurs étapes, ne pas verser le lait tiré tiède directement dans le biberon déjà réfrigéré, mais refroidir ce nouveau biberon au réfrigérateur, puis le verser secondairement dans le biberon de conservation.

Noter la date et l'heure du premier recueil de lait sur le biberon.

Ajouter le nom et le prénom de l'enfant, si le lait doit être donné en dehors du domicile (ex : crèche).

Le biberon doit être stocké au réfrigérateur à une température de + 4°C immédiatement après le recueil.

Vérifier la température du réfrigérateur. Ne pas conserver le lait dans la porte du réfrigérateur, qui n'est pas assez froide.

Le lait doit être consommé **dans les 48 heures** après le premier recueil.