

Je voudrais changer de lait pour mon bébé



Les préparations en poudre actuelles à base de lait de vache, lait de chèvre et préparation au riz pour les nourrissons ont en dehors des laits pour prématurés **toutes la même valeur nutritionnelle**, le même taux de nutriments, minéraux et oligoéléments quelle que soit la marque et quelle que soit la spécificité du lait en poudre (par exemple les préparations pour enfant gourmand ne sont pas plus caloriques mais plus rassasiantes par épaissement dans l'estomac).

Toutes ces préparations en poudre suivent une obligation légale de composition imposée par la Société européenne de gastroentérologie pédiatrique, d'hépatologie et de nutrition (ESPGHAN).

Le lait en poudre contient des acides gras polyinsaturés à longue chaîne, du fer, des vitamines essentielles qui ne sont pas présents dans le lait de vache entier ou demi écrémé. En cas de relai trop précoce par du lait de vache votre enfant risque des carences graves.

En cas de sevrage du lait maternel et relai par un lait en poudre :

Le lait de femme peut être mélangé à du lait en poudre reconstitué.

On peut supprimer une tétée toutes les 72h en commençant par celle du goûter, celle du déjeuner, celle du soir, celle de la nuit, la dernière tétée à supprimer est celle du matin. Pour établir un programme de sevrage personnalisé, pensez à contacter votre sage-femme ou puéricultrice de PMI pour vous faire accompagner, ou reprenez rendez-vous.

Les laits dits 'relai de l'allaitement maternel' ne présentent pas d'avantages significatifs en dehors d'ingrédients favorisant un bon transit, et d'éléments nutritionnels favorisant l'immunité que votre enfant aura déjà reçus puisqu'il a la chance d'avoir été allaité. Sauf en cas d'arrêt précoce de l'allaitement (avant 1 mois) l'orientation vers ces laits n'est pas un avantage.

En cas de changement de lait pour une raison de confort : constipation, reflux, gaz, intolérance au lactose après une gastro-entérite, aucun lait n'est moins bon que les autres en France au vu de la réglementation sévère.

L'étiquetage premier âge, deuxième âge, croissance ou éveil n'a qu'une valeur indicative signalant des changements de concentration très faibles et on peut dépasser l'âge du lait 1^{er} âge ou au contraire commencer le lait en bouteille éveil dès l'âge de 6 mois si aucun autre lait ne convient à votre enfant.

Les laits en poudre peuvent être mélangés entre eux, dans le même biberon ou dans la journée, en respectant le nombre de cuiller totales.

Vous pouvez discuter du choix du produit avec le pharmacien, la sage-femme, la puéricultrice ou reprendre rendez vous pour une consultation et un conseil personnalisé.