

Eau du robinet ou eau minérale (non gazeuse) en bouteille pour la préparation de biberons

Mise à jour de l'information de la Commission de nutrition de la Société Suisse de Pédiatrie de 2001

Johannes Spalinger, Lucerne

Traduction: Rudolf Schlaepfer, La Chaux-de-Fonds

En Suisse l'eau du robinet est de très bonne qualité, tant du point de vue bactériologique que pour sa composition chimique. Elle peut donc être utilisée sans hésitation pour la préparation de biberons.

Il n'existe aucun argument scientifique interdisant l'utilisation de l'eau du robinet pour la préparation des biberons.

Pour la préparation des biberons il est conseillé par l'OMS de réchauffer l'eau à > 70°, de la laisser refroidir avant de préparer le biberon de lait et de le donner au bébé à température corporelle. On réduit ainsi le risque d'une infection par la bactérie enterobacter sakazakii, une cause rare d'infections chez le prématuré et nouveau-né. Le biberon devrait toujours être préparé immédiatement avant chaque repas, le contenu non bu d'un biberon devrait être jeté et il ne faut pas le garder pour le repas suivant

Les parents qui souhaitent utiliser de l'eau minérale en bouteille, **ce qui n'est pas**

conseillé, doivent également la bouillir. Une fois ouverte, la bouteille d'eau minérale doit être conservée au réfrigérateur, pas plus de 24 heures.

Pour la préparation de biberons seules les eaux minérales contenant peu de sels minéraux sont adaptées. Le risque d'une surcharge en sel (déshydratation hypertonique) par l'utilisation d'eaux minérales riches en sels minéraux et sans acide carbonique n'est pas négligeable.

En Suisse nous ne disposons pas de recommandations concernant la teneur maximale en sodium, nitrates et sulfates pour les eaux minérales destinées à la préparation de biberons. L'Allemagne, la Grande Bretagne (NHS) et les États Unis (FDA) ont fixé des valeurs maximales. Elles se situent dans la plage suivante:

taux de sodium < 20 mg/l jusqu'à < 200 mg/l
taux de nitrates < 10 mg/l jusqu'à < 50 mg/l
taux de sulfates < 240 mg/l jusqu'à < 500 mg/l.

Sources

- Commission de nutrition de la Société Suisse de Pédiatrie. Eau minérale en bouteille (sans acide carbonique) pour la préparation de biberons. Paediatrca 2001; 12: 44-45.
- www.mineralwasser.ch.
- FDA (www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm048694.htm).
- NHA: www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/pages/making-up-infant-formula.aspx.
- Deutsche Mineralwasser Verordnung 2006 (MTW).
- Laboratoire cantonal Zurich, composition de l'eau minérale.
- Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter Handlungsempfehlungen – Ein Konsensuspapier im Auftrag des bundesweiten Netzwerk Junge Familie Monatsschr Kinderheilkd 2010 158: 679-689.

Correspondance

Dr J. Spalinger, Pädiatrische Gastroenterologie und Ernährung Kinderspital Luzern 6000 Luzern 16 johannes.spalinger@luks.ch

Eau minérale mg/l	Sodium	Nitrates	Sulfates	Fluor	Calcium	Magnesium	Chlore
Allegra	1.5	1.8	42	0.1	90	23	1
Arkina	7.1	<0.1	9	1.2	37	22	3
Evian	6.0	3.7	12.6	-	80	20	2
Fontessa	3	<0.1	120	<0.1	114	7	<1
Henniez bleu	5.8	17.3	12.4	0.1	106	8	13.5
Vittel	7.3	1.8	105	0.16	11.5	8	13.5
Volvic	11.6	6.2	8.1	0.2	11.5	8	13.5

Exemples d'eaux minérales avec un taux bas de sodium, nitrates et sulfates (liste non exhaustive).

Berne	5.3	17	22	0.05	100	13	9.3
Zurich	4.7	4	15	0.1	54	8	4

Eau du robinet à Berne et à Zurich.