



FÉDÉRATION
Nourri-
Source

ALLAITEMENT ET ALCOOL

Continuer à allaiter

- Il n'y a pas de nuisance démontrée pour une consommation occasionnelle (pas tous les jours) et modérée (≤ 1 ou 2 verres / semaine)
- Le pic du taux d'alcool survient environ 30-60 minutes après la consommation
- L'élimination totale se produit 2-3h après la dernière consommation



Taux d'alcool
dans sang
=
Taux d'alcool
dans lait

À RETENIR

- Pour une consommation occasionnelle, inutile de jeter son lait
- Le meilleur moment pour allaiter est juste avant ou au moment de la consommation
- Le co-dodo est à éviter
- Attention à la diminution de la vigilance du parent
 - Possibilité de diminution du réflexe d'éjection



2023

www.nourri-source.org

RÉFÉRENCE : LE PETIT NOURRI-SOURCE