



## Comité Scientifique (CS) de la CoFAM

cofam-allaitement.org

Avril 2025

### RECUEIL, TRANSPORT ET CONSERVATION DU LAIT MATERNEL. PROPOSITION DE CLARIFICATION ET DE MISE À JOUR DES RECOMMANDATIONS.

**Membres du CS :** *Suzanne COLSON (professeur assistante, sage-femme, chercheur et Docteur en Lactation Humaine PhD, Christ Church University, Royaume-Uni), Marie COURDENT (puéricultrice, DIULHAM, consultante en lactation IBCLC, animatrice LLL) , Marie-Agnès DELESCLUSE (sage-femme, consultante en lactation IBCLC), Claude-Suzanne DIDIERJEAN-JOUVEAU (ex-présidente et animatrice LLL, rédactrice en chef d'“Allaiter autrement”), Juanita JAUER-STEICHEN (consultante en lactation IBCLC), Marie LACOMBE (infirmière, PhD, professeure au Département des Sciences Infirmières, Université du Québec), Cathy LÉGIER (sage-femme, consultante en lactation IBCLC), Marc PILLIOT (pédiatre, ancien président CoFAM, co-fondateur de l'IHAB France), Frédéric ROUSSEL (pharmacien, PHAAM), Claire SCHLEGEL-LE POUPON (assistante ingénieure à l'INRAE), Anne TESSIER (pédiatre, consultante en lactation IBCLC).*

**Référent du Comité Scientifique, rédacteur :** *Dominique LEYRONNAS, pédiatre, Vice Président de la CoFAM - d.leyronnas@gmail.com*

### Contexte

Quand une mère qui allaite arrive au terme de son congé de maternité et souhaite poursuivre son allaitement en reprenant le travail, elle doit recueillir, conserver et acheminer son lait sur le lieu de garde de son enfant. Dans ce parcours, elle est soumise à des obligations strictes, le lait maternel étant jusqu'à maintenant considéré comme un produit alimentaire comme les autres, ce qui est loin d'être le cas. Sur quelles données scientifiques reposent les recommandations qui sont aujourd'hui encore imposées par les organismes officiels ?

Nombre de travaux publiés ces dernières années montrent que le lait de mère est un produit vivant doté d'un pouvoir unique d'auto-conservation grâce aux facteurs immunitaires qu'il contient, tant moléculaires que cellulaires et que les normes imposées sont trop restrictives. S'appuyant sur ces notions, des associations de soutien à l'allaitement diffusent des normes élargies, ce qui crée une ambiguïté par rapport aux exigences de l'ANSES auxquelles sont soumis les parents et les EAJE (établissements d'accueil de jeunes enfants). Il serait donc nécessaire de clarifier les consignes données en les ajustant à l'état actuel des connaissances.

C'est d'autant plus nécessaire que la France présente un triple handicap : taux d'allaitement cruellement bas après 2 mois, congé postnatal dissuasif par sa faible durée et trop peu de crèches d'entreprise qui pourraient permettre aux mères d'allaiter sur le lieu de leur travail. Réviser les conditions de conservation et de circulation du lait maternel pourrait faciliter et encourager les mères à ne pas sacrifier leur allaitement en reprenant leur travail.

### **Règles générales**

Même élargies et assouplies, les recommandations proposées ne sont applicables que soumises à des conditions préalables :

- Hygiène lors du recueil et des manipulations du lait
- Hygiène du réfrigérateur, régulièrement nettoyé, et température vérifiée
- Toujours mettre le lait recueilli au réfrigérateur dès que possible s'il ne doit pas être utilisé prochainement
- Rester le plus loin possible de la limite horaire autorisée (comme pour une date limite de consommation).

Ces règles ont une validité universelle et permanente pour la vie quotidienne de l'enfant.

Elles ne s'appliquent pas aux enfants prématurés et hospitalisés, soumis aux conditions du service qui les accueille.

**Les durées ci-dessous sont la limite à ne pas dépasser, comme une date limite d'utilisation. Elles ne sont pas cumulables entre elles.**

Recueil à température ambiante (1)(2)

< 27° : jusqu'à 8 h

27°- 32° : jusqu'à 4 h

> 32° : il n'existe aucune étude sur ces conditions

### Conservation au réfrigérateur à 4° (3)

#### **8 jours**

Le freezer est un mode de conservation qui ne peut être statué car peu fiable et trop variable. Il est assimilable au réfrigérateur.

### Conservation au congélateur à -18° (4)

#### **12mois**

Le lait frais est de qualité supérieure au lait congelé, lui-même toujours supérieur au lait industriel.

Les délais de conservation du lait frais ne justifient pas le recours systématique à la congélation.

La décongélation ne doit jamais être faite au micro-ondes pour préserver les qualités du lait. Elle peut être spontanée et lente au réfrigérateur ou plus active sous un filet d'eau tiède. Il est recommandé de fractionner le lait à congeler pour en faciliter la décongélation préalable à son utilisation.

Après sortie du congélateur, s'il est maintenu au réfrigérateur, il peut être consommé dans les 24h.

### Transport

D'une durée limitée à un déplacement, il se fait au mieux en sac isotherme réfrigéré qui permet une conservation au moins équivalente à celle à la température ambiante.

### Remarque concernant un biberon entamé (5)(6)

Un biberon de lait maternel entamé peut attendre au réfrigérateur le prochain repas, au plus dans la journée, sans risque de prolifération bactérienne.

## **Bibliographie**

1. *Breastfeeding and the working mother : effect of time and temperature of short-term storage on proteolysis, lipolysis and bacterial growth in milk.* M Hamosh, LA Ellis, DR Pollock et al. Pediatrics, vol 97, n°4, 492-98, 1996
2. *ABM Clinical Protocol #8 : Human milk storage information for home use for full-term infants, revised 2017.* Breastfeed Med 2017 ; 12(7) : 390-5

3. *Slutzah M et al, Refrigerator storage of expressed human milk in the neonatal intensive care unit, The Journal of Pediatrics 2010 ; 156(1) : 26-28.*
4. *Effect of environmental conditions on unpasteurized donor human milk. DJ Rechtman, ML Lee, H Berg. Breastfeed Med 2006 ; 1(1) : 24-26.*
5. *Bacterial analysis of refrigerated human milk following infant feeding. R Brusseau. May 1998. [pw1.netcom.com/~rbruss/family/thesis.html](http://pw1.netcom.com/~rbruss/family/thesis.html).*
6. *Storage of unfed and leftover mothers' own milk. Fogleman AD et al. Breastfeed Med 2018 ; 13(1) : 42-9*