

PARENTALITÉ



Les allaitements du bébé



En collaboration avec
NIÈVRE
le département

Nadège VENUAT
Infirmière puéricultrice PMI
secteur Varennes-Vauzelles



varennes-vauzelles.fr



Tout le monde peut trouver sa place, à vous de choisir

Allaitement artificiel

Allaitement maternel



L'essentiel, c'est qu'il soit nourri avec un plaisir mutuel.

NIÈVRE
le département



varennnes-vauzelles.fr



Moment de douceur partagé avec le biberon

Sa préparation

1 mesure rase de poudre pour 30 ml d'eau.

pour 60 ml d'eau :
2 mesures de poudre

pour 90 ml d'eau :
3 mesures de poudre,
etc.



- ✓ Utiliser un biberon garanti sans BPA (Bisphénol A)
- ✓ Mettre de l'eau adaptée à la préparation des aliments du nourrisson
- ✓ Ajouter les dosettes de lait *araser* correspondantes à la quantité d'eau
- ✓ Mélanger le contenu
- ✓ Le lait peut être donné à température ambiante ou chauffé au bain-marie
- ✓ Agiter et vérifier la température du lait



Installez-vous confortablement....

NIÈVRE
le département





Le micro-onde est fortement déconseillé pour réchauffer le lait :

- la qualité nutritionnelle est altérée,
- un risque de brûlures graves (bouche, gorge).



Le type de lait et les quantités sont à adapter à votre enfant.
Si besoin consulter un professionnel de santé.

Quelques conseils...

Nettoyez le biberon dans l'heure qui suit sa préparation avec un goupillon et du liquide vaisselle.



Après sa préparation, le lait artificiel reste consommable 1 heure.

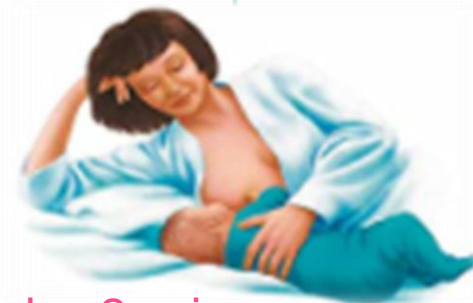


Moment de douceur partagé au sein

Installez-vous confortablement permettant au bébé de prendre l'ensemble du mamelon avec la tête face au sein.
Sa succion varie selon s'il stimule ou déglutit.

La composition du lait change durant la tétée, sur la journée et dans le temps.
Sa couleur varie en fonction de sa composition.

A la fin, vous pouvez mettre des gouttes de lait sur le mamelon.



Durant les 1^{er} jours de vie, donner les 2 seins pour 1 tétée afin de stimuler la montée de lait.
Après celle-ci, favoriser 1 sein pour 1 tétée.

1 sein = 1 tétée



NIÈVRE
le département



Quelques conseils...

Pendant toute la durée de l'allaitement, la consommation d'alcool est proscrite.

Avant toute prise de médicament, un avis médical est nécessaire.

La maman doit privilégier une alimentation équilibrée et variée.

Plus, il y a de stimulation des seins,
Plus, il y a de fabrication de lait.

Diminuer la lactation :
persil, sauge, menthe poivrée...

L'hydratation est primordial.

Caféine et théine sont à consommer avec modération.

Favoriser la lactation :
fenouil, fruits à coque, malte d'orge, anis, cumin, levure de bière...



NIÈVRE
le département



Boîte à Outils

Qu'il soit maternel ou artificiel, le lait est l'aliment le plus adapté aux besoins du bébé, pendant les 6 premiers mois .

Chaque bébé est unique, son alimentation l'est aussi. Ses rythmes sont propre à ses besoins.

Au début de la tétée, bébé boit activement puis, il fait des pauses de plus en plus longues pour s'arrêter ensuite.

En fin de tétée, essayez de lui faire son rot.

Si le bébé urine entre chaque tétée cela signifie que la quantité de lait a été suffisante.

Le miel est à proscrire aux nourrissons âgés de moins d'un an.



Se rapprocher d'un professionnel de santé pour un accompagnement et des conseils individualisés.



NIÈVRE
le département



Prochainement, nous aborderons le transit du bébé.



En collaboration avec



Nadège VENUAT

Infirmière puéricultrice PMI secteur Varennes-Vauzelles