

L'âge de bébé	1 SEMAINE							2 SEMAINES	3 SEMAINES	
	1 JOUR	2 JOURS	3 JOURS	4 JOURS	5 JOURS	6 JOURS	7 JOURS			
À quelle fréquence allaiter? Par jour, en moyenne sur 24 heures	       							Au moins 8 fois par jour. Bébé tête avec force, lentement, régulièrement et avale souvent.		
Taille de l'estomac de bébé	 Grosseur d'une cerise		 Grosseur d'une noix		 Grosseur d'un abricot		 Grosseur d'un œuf			
Couches mouillées : Combien, à quel degré Par jour, en moyenne sur 24 heures	 Au moins 1 MOUILLÉE	 Au moins 2 MOUILLÉES	 Au moins 3 MOUILLÉES	 Au moins 4 MOUILLÉES	 Au moins 6 TRÈS MOUILLÉES AVEC DE L'URINE JAUNE PÂLE OU CLAIRE					
Couches souillées : Fréquence et couleur des selles Par jour, en moyenne sur 24 heures	 Au moins 1 ou 2 NOIRES OU VERTES FONCÉES		 Au moins 3 BRUNES, VERTES OU JAUNES		 Au moins 3 grosses selles, molles et granuleuses JAUNES					
Poids de bébé	La plupart des bébés perdent un peu de poids dans les trois premiers jours après la naissance.				À partir de la 4 ^e journée, la plupart des bébés prennent du poids régulièrement. À l'âge de 10 à 14 jours, le bébé devrait revenir à son poids à la naissance, ou plus. Si les parents ont des inquiétudes au sujet du poids de leur bébé, avisez-les de consulter leur prestataire de soins de santé.					
Poussées de croissance	Les bébés varient souvent la durée de temps entre les tétées, avec des tétées parfois plus rapprochées que d'autres. Les bébés varient aussi la durée des tétées pour des périodes plus ou moins longues. Les bébés devraient se nourrir 8 fois ou plus en 24 heures.									
Autres signes	Bébé devrait pleurer fortement, bouger activement et se réveiller facilement. Les seins de la mère devraient être plus mous et moins pleins après avoir allaité.									

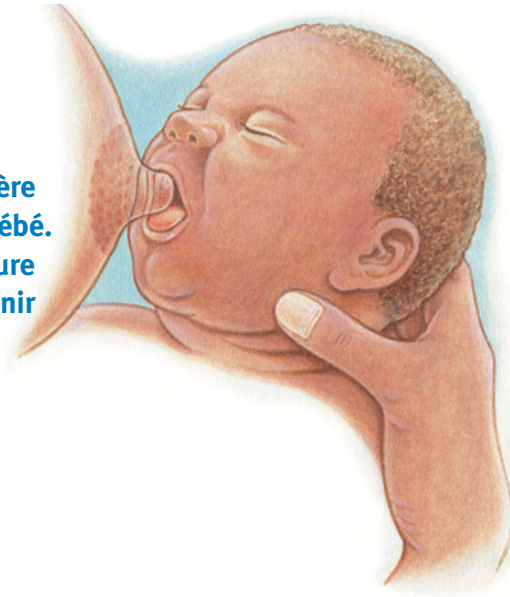
Les parents peuvent obtenir de l'aide, de l'information ou du soutien concernant l'allaitement maternel en consultant :

- Leur prestataire de soins de santé.
- Télésanté Ontario au 1 866 797-0000 ou au 1 866 797-0007 (ATS) disponible 24 heures par jour, 7 jours par semaine.
- Le répertoire en ligne bilingue des services d'allaitement de l'Ontario à l'adresse www.allaiterontario.ca.

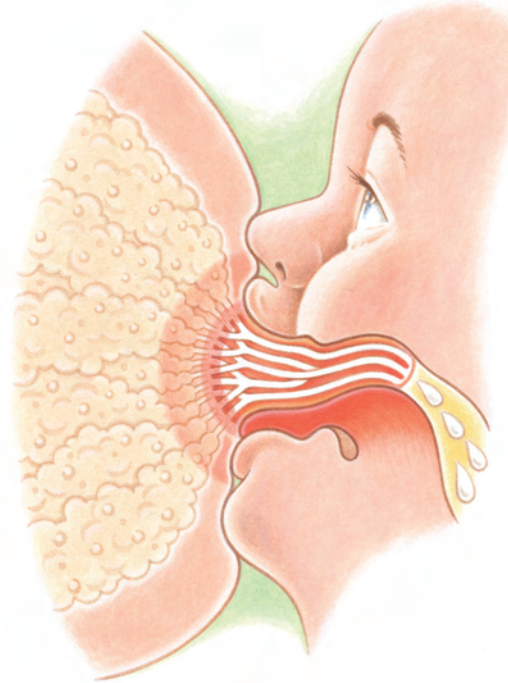
Allaitement

GUIDE POUR LES CONSULTANTS

Observez la mère allaitant son bébé. C'est la meilleure façon de prévenir et de détecter rapidement les problèmes d'allaitement.



Évaluez la position et l'alignement de la mère et du bébé. Veillez au confort de la mère.



Évaluez la prise du bébé sur le mamelon. Le nourrisson doit avoir la bouche grande ouverte, les lèvres retroussées et le menton plaqué contre le sein. Vérifiez les signes que le bébé boit.

Évaluez le bébé. Assurez-vous que le bébé a le bon nombre de couches mouillées et sales, la bouche humide, les yeux brillants, est alerte, et prend du poids régulièrement.

Si les problèmes d'allaitement perdurent, réévaluer et ayez recours à des stratégies fondées sur des données factuelles. Consulter une personne qualifiée pour aider les mères qui allaitent et consulter un professionnel de la santé au besoin.

MÉTHODES POUR AUGMENTER LA PRODUCTION DE LAIT DE LA MÈRE ET L'ALIMENTATION DU BÉBÉ

- Ajustez la position et la prise du sein
- Utilisez la compression du sein
- Augmentez le nombre de tétées
- Alternez les deux seins plusieurs fois durant la même tétée
- Exprimez le lait après la tétée

RAISONS MÉDICALES JUSTIFIANT LE RECOURS AUX SUBSTITUTS DE LAIT

L'OMS offre une liste détaillée des raisons médicales acceptables pour avoir recours à des substituts de lait : www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/WHO_NMH_NHD_09.01/en/ (en anglais seulement)

Le comité Canadien pour l'allaitement offre aussi une liste des indications médicales pour avoir recours aux suppléments. Consultez l'**Initiative des amis des bébés, Indicateurs de résultats pour les Dix Conditions pour le succès de l'allaitement, intégrés pour les hôpitaux et les services de santé communautaire** au <http://breastfeedingcanada.ca/BFI.aspx>.

SUBSTITUTS ACCEPTABLES

Meilleur choix : lait frais extrait de leur mère

Deuxième choix : lait précédemment extrait de la mère

Troisième choix : lait pasteurisé d'une donneuse

Quatrième choix : préparation à base de lait de vache

AVOIR RECOURS AUX SUBSTITUTS DE LAIT

Lorsqu'il est nécessaire de donner des substituts de lait, on peut utiliser l'une des techniques suivantes :

- Gobelet, cuillère, compte-gouttes ou alimentation au doigt
- Dispositif d'allaitement posé sur le sein
- Biberon

Dès sa naissance, encourager les mères à placer leur bébé sur elle, peau à peau pour des périodes prolongées et fréquentes. Si elles ne peuvent prendre leur bébé, encourage une autre personne à placer le bébé peau à peau contre eux.

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé

Ce document a été préparé avec des fonds fournis par le gouvernement de l'Ontario.

www.meilleurdepart.org
2020