

Le peau à peau

- Le peau à peau immédiatement après la naissance entre la mère et son bébé favorise l'adaptation du nouveau-né : meilleure adaptation métabolique (glycémie), respiratoire (saturation) et thermique. Lien d'attachement et mise en route de la lactation favorisés.

Une première tétée

Une première tétée dès que le bébé montre qu'il est prêt ainsi que des tétées fréquentes favorisent la mise en route de la lactation.

Le bébé 24h/24

Laisser le bébé 24h/24 avec sa mère est rassurant pour lui et facilite la compréhension des rythmes et des besoins du nouveau-né.

Le saviez-vous ?

Favoriser l'allaitement maternel

Le sein à la demande, c'est-à-dire dès que bébé montre des signes d'éveil, position et prise du sein adaptée, ne pas donner de complément si ceux-ci ne sont pas justifiés médicalement. Eviter l'utilisation de sucette et de biberon.

Le lait maternel

La composition et la quantité du lait maternel s'adaptent aux besoins nutritionnels du bébé. Le lait maternel suffit à lui seul à l'enfant jusqu'à ses 6 mois. Il est conseillé de poursuivre l'allaitement au-delà de 6 mois avec la diversification alimentaire.

L'accouchement

Il existe des moyens pour aider le travail et l'accouchement, déambulation, postures, bain, acupuncture, huiles essentielles... Le soutien de votre conjoint-e ou d'un proche est conseillé.

