c. Le père et l'allaitement maternel

MODULE 3

En tant que père d'un bébé allaité, vous êtes essentiel à la réussite de l'expérience d'allaitement. Pendant la grossesse, renseignez-vous avec votre partenaire au sujet des avantages de l'allaitement maternel. Discutez de vos préoccupations avec votre partenaire et toute autre personne qui vous offrira du soutien pendant cette période (votre infirmière ou votre médecin, par exemple). Discutez-en avant la naissance du bébé.

Voici comment le père peut contribuer à faire de l'allaitement une réussite.

LE PÈRE ET L'ALLAITEMENT MATERNEL	
Que faire?	Comment?
Soutenez votre partenaire dans son nouveau rôle.	Rappelez-vous que l'allaitement est un partenariat entre la mère et le bébé. Laissez-leur le temps de s'ajuster l'un à l'autre pendant que la mère apprend à allaiter. Soyez positif! Dites-lui combien vous trouvez merveilleux ce qu'elle fait pour votre bébé.
Encouragez votre partenaire par des paroles et des gestes.	Aidez votre partenaire à trouver une position comfortable pour allaiter. Apportez-lui une collation ou un breuvage pendant qu'elle allaite. Faites jouer sa musique préférée pour l'aider à se détendre.
Soyez présent.	Prenez, si possible, quelques jours de congé du travail. Vous aurez besoin d'aide et de soutien mutuel au cours de ces premiers jours ou vous apprendrez à connaître votre bébé.
Participez aux soins du bébé.	Amenez le bébé à sa mère pour les boires et couchez-le dans son lit lorsqu'il a terminé. Faites-lui faire ses rots. Les bébés aiment qu'on les porte, qu'on les berce et qu'on leur parle.
Occupez-vous de l'entretien de la maison.	Cuisinez, nettoyez, faites la lessive et l'épicerie. Si vous ne pouvez pas le faire vous-même, essayez de trouver quelqu'un qui pourra s'en occuper pendant quelques jours.
Restez près de votre partenaire lorsqu'elle allaite.	Accompagnez votre partenaire lorsqu'elle allaite. Asseyez-vous près d'elle, allongez-vous avec elle et restez près d'elle la nuit. Votre présence sera appréciée.
Aidez votre partenaire avec les techniques apprises pour allaiter.	Rappelez-lui les techniques pour allaiter que vous avez tous les deux apprises au module 4 intitulé « Choisir l'allaitement maternel » ou pendant les cours prénataux.
Consolez votre bébé lors de périodes difficiles.	Placez le bébé sur votre poitrine, directement sur votre peau, son oreille tout contre votre coeur. Les battements du coeur et les mouvements de la poitrine qui se soulève et s'abaisse quand vous respirez endorment habituellement les bébés. Si le bébé s'endort, placez-le sur le dos dans un berceau sécuritaire. Souvenez-vous que la mère et le bébé profitent tous les deux de vos efforts pour le réconforter.

A New Life - New-Brunswick - Copyright 2015

Aidez votre partenaire à se reposer.	Limitez les visiteurs pendant les premiers jours et les premières semaines. Le bébé, la mère et la famille profiteront ainsi de moments tranquilles pour être ensemble.
Discutez ensemble.	Discutez ensemble de le possiblité de partager le congé parental. Partagez vos préoccupations et trouvez ensemble des solutions.

A New Life - New-Brunswick - Copyright 2015