

Vérifiez vos connaissances

MODULE 4

L'activité qui suit vous permettra d'acquérir certaines connaissances pour allaiter avec succès.

Cliquez sur le bouton d'option correspondant à la bonne réponse et validez en cliquant sur le bouton « Vérifier ».

1. Il est important d'allaiter le plus tôt possible après la naissance.

- a) Vrai
- b) Faux

2. Les premiers jours, il faut allaiter toutes les quatre heures.

- a) Vrai
- b) Faux

3. Il ne faut pas donner de sucette ni de biberon au bébé allaité.

- a) Vrai
- b) Faux

4. La plupart des mères ont besoin d'aide pour apprendre à allaiter.

- a) Vrai
- b) Faux

5. Il faut toujours donner de l'eau aux bébés allaités.

- a) Vrai
- b) Faux

Les réponses sont:

1. a) Vrai. Idéalement, le bébé devrait être placé au sein dans l'heure qui suit sa naissance. Même si votre bébé n'arrive pas à téter à ce moment-là, vous profiterez tous les deux d'un contact peau à peau pendant cette période. Si le bébé ne parvient pas à s'alimenter efficacement, le contact de sa peau sur la vôtre aidera à stimuler la production de lait.

2. b) Faux. Pendant le premier mois, le nouveau-né boira au moins huit fois par jour. Les bébés boivent fréquemment durant les premiers jours. Il est courant pour les bébés de boire beaucoup en peu de temps et de dormir longtemps entre deux tétées à d'autres moments. Il n'y a pas d'heures fixes pour nourrir votre bébé.

3. a) Vrai. Si vous décidez de vous en servir, il vaut mieux attendre que votre bébé ait appris à boire au sein. Cela se produit souvent à environ six semaines. Si vous donnez trop tôt une sucette ou un biberon, votre bébé peut avoir des problèmes à prendre le sein et cela pourrait rendre l'allaitement douloureux.

4. a) Vrai. À l'hôpital, demandez à votre infirmière de vous aider à placer votre bébé au sein. Demandez de l'aide immédiatement si vous avez des problèmes à allaiter. Une fois de retour à la maison, des services de support communautaires sont disponibles afin de vous aider avec l'allaitement. Une infirmière de santé publique vous appellera dans les 48 heures qui suivent. Il existe des haltes d'allaitement dans la communauté où vous pouvez vous rendre avec votre bébé afin de recevoir l'aide d'une consultante certifiée en lactation.

5. b) Faux. Au cours des six premiers mois de vie, un bébé en santé n'aura besoin d'aucune autre boisson ni d'aucun autre aliment supplémentaire. Si vous donnez des boissons ou des aliments supplémentaires avant six mois, votre production de lait diminuera et cela pourrait nuire à la santé de votre bébé. (ex: votre bébé court un risque accru de souffrir d'allergies). Santé Canada ainsi que Santé publique Ottawa (SPO), recommandent que les bébés soient nourris exclusivement au sein pendant les six premiers mois. L'allaitement devrait se poursuivre avec l'introduction des solides, pour au moins deux ans et au-delà.