

La plupart des informations de la vidéo se retrouvent dans le *Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans* de l'Institut national de santé publique du Québec.

Référence Internet :

<http://www.inspq.qc.ca/MieuxVivre/>

Nous remercions chaleureusement les mères qui ont donné de leur temps à la réalisation de ce film. Merci pour leur patience et leur générosité. Grâce à elles, plusieurs futurs parents pourront apprivoiser deux points importants pour les débuts de l'allaitement : la mise au sein et la déglutition.



Bon de commande disponible sur le site Web
www.videoallaitement.org

Disponible en formats VHS et DVD.

Chaque format inclut les versions francophone et anglophone.

Prix : 80 \$ (50 \$ pour les organismes communautaires).

Les profits de la vente de cette vidéo iront au Comité des organismes communautaires d'entraide en allaitement de Québec : Allaitement Québec, Chantelait, Entraide Naturo-Lait, Mamie-Lait.

Allaitement maternel la mise au sein

Une des meilleures façons de se préparer à l'allaitement est de voir d'autres femmes allaiter. Le travail d'enseignement en allaitement auprès des parents est grandement facilité lorsque nous pouvons leur présenter des images claires de mise au sein.

Pour la réalisation de cet outil, 22 mères et leurs poupons âgés de la naissance à 1 an ont gentiment accepté d'être filmés. En majorité, les bébés sont âgés de quelques heures à 3 jours.

Cette vidéo est un complément d'enseignement en allaitement. Elle s'adresse principalement aux parents en période prénatale. Elle peut également être utilisée pour les parents en période post-natale, les intervenants et les étudiants dans le domaine de la santé. Au besoin, elle pourrait être visionnée plus d'une fois.



DEUX OBJECTIFS SONT CIBLÉS :

Reconnaitre une bonne mise au sein : la mère ne ressent pas de douleur quand le bébé est bien placé au sein.

Reconnaitre la déglutition : la mère doit pouvoir vérifier si le bébé boit assez de lait pour que sa croissance soit adéquate.

- Nous avons volontairement exclu la résolution des autres difficultés.

COMPOSITION DE LA VIDÉO (durée totale 22 minutes)



Le cœur de la vidéo (15 minutes) :

- Les signes de faim
- La position de la mère et du bébé
- La mise au sein
- La déglutition

À noter : afin de mieux montrer la mise au sein, les bébés ont été filmés torse nu.

Signes de faim :

...Quand le bébé commence à bouger, à faire des petits bruits, des mouvements de succion ou à porter ses mains à sa bouche, il montre ses premiers signes de faim. En profitant de cet instant pour le mettre au sein, la mère et le bébé seront plus calmes et la mise au sein sera plus facile...

Position de la mère et du bébé :

...La mère choisit une position d'allaitement qui lui permet d'être confortable. Quelle que soit la position, le corps du bébé doit être tourné vers sa mère, son oreille, son épaule et sa hanche formant une ligne droite. Ainsi, il est plus confortable pour boire.

Parmi toutes les positions possibles pour allaiter, nous avons choisi de détailler la «madone inversée» parce qu'elle permet de guider plus facilement le nouveau-né lors de la mise au sein. Les mêmes principes de base s'appliquent pour les autres positions...

La mise au sein :

...Avant de mettre le bébé au sein, placer son nez vis-à-vis le mamelon. Pour stimuler le bébé à ouvrir la bouche, la mère peut effleurer sa lèvre supérieure avec son mamelon. Lorsque le bébé prend une grande partie de l'aréole, il reçoit plus de lait et cela réduit les risques de douleurs et de gerçures. Attendre qu'il ouvre la bouche très grand comme lorsqu'il baille avant de le mettre au sein. Lorsque sa bouche est grande ouverte, approchez-le rapidement du sein avant qu'elle ne se referme. La douleur n'est pas normale. Si les mamelons de la mère deviennent douloureux, la mère doit essayer de faire prendre une plus grande partie de l'aréole à son bébé...

Note : Certains bébés de la vidéo n'ont pas une ouverture optimale de la bouche, car ils sont plus âgés, leur bouche est plus grande et ils n'ont donc pas besoin de l'ouvrir très grand pour recevoir leur lait. Les mères n'ont pas de douleur et les bébés ont une prise de poids adéquate.

La déglutition :

...La déglutition, c'est-à-dire lorsque le bébé avale du lait, est différente d'un bébé à l'autre. Elle peut également varier pendant une même tétée. C'est pourquoi il est important d'apprendre à reconnaître les moments où votre bébé avale du lait. Lorsqu'il reçoit une quantité suffisante de lait, il tète d'une manière très caractéristique. Un mouvement de succion ne signifie pas que le bébé avale une gorgée de lait. Lorsqu'il avale du lait, son menton descend un peu plus bas et s'immobilise une fraction de seconde avant de remonter. À chacun de ces petits arrêts, le bébé avale une gorgée de lait...

IMPORTANT :

Au-delà de toute technique sur la mise au sein, la tétée « normale » ou « standard » n'existe pas. La clé du succès et le plaisir d'allaiter ne dépendent pas d'une technique précise.

Partout à travers le monde, les femmes allaitent de mille et une façons. Cette vidéo propose des repères pour aider les mères à trouver leur propre manière de faire.

Informations complémentaires (7 minutes)

- Allaitement à la naissance
- Mise au sein avec aide et sans aide
- Montée laiteuse
- Massage du sein
- Extraction manuelle
- Survol des positions
- Compression du sein

