

Les façons de nourrir votre bébé

Cette fiche vous permettra de découvrir les différentes façons de nourrir votre bébé et de trouver d'autres ressources plus détaillées sur chaque méthode d'alimentation. Il est possible de combiner plusieurs des méthodes présentées pour atteindre vos objectifs.

Allaiter

L'allaitement consiste à nourrir votre bébé directement à partir de votre corps, quelle que soit la quantité de lait donnée. Vous pouvez choisir l'allaitement exclusif ou l'allaitement mixte, allaiter avec l'aide d'un système de nutrition supplémentaire ou partager l'allaitement avec d'autres membres de la famille (co-allaitement).

Allaiter après une grossesse

La plupart des personnes qui vivent une grossesse produisent du lait après l'accouchement, mais si vous avez eu une chirurgie de la poitrine, cela peut influencer sur la quantité de lait produite.

Allaiter sans avoir vécu de grossesse

Si vous n'avez pas porté le bébé, vous pouvez induire votre lactation pour l'allaiter, ou vous pouvez l'allaiter à l'aide d'un système de nutrition supplémentaire, sans induire la lactation.

Autres ressources

- [À quoi vous attendre pendant et après la grossesse](#)
- [Allaiter après une chirurgie de la poitrine](#)
- [Le co-allaitement](#)
- [Tirer votre lait et maintenir votre production](#)
- [Système de nutrition supplémentaire](#)
- [Induire la lactation](#) (à venir)

Faire cesser la production

Pendant et immédiatement après la grossesse, le corps produit du lait pour nourrir le bébé. Si vous ne voulez pas allaiter ni produire de lait, il existe différentes méthodes pour faire cesser votre production.

Autres ressources

- [À quoi vous attendre pendant et après la grossesse](#)
- [Suppression de la lactation](#) (à venir)

Autres méthodes d'alimentation

Les seringues, tasses, biberons et systèmes de nutrition supplémentaire sont autant de moyens de donner du lait humain ou de la préparation à votre bébé. Le choix de la méthode dépendra de la quantité de lait dont il a besoin, du fait qu'il soit allaité ou non et de ce qui fonctionne le mieux pour votre famille.

Autres ressources

- [L'alimentation au biberon selon les besoins du nourrisson](#)
- [Système de nutrition supplémentaire](#)

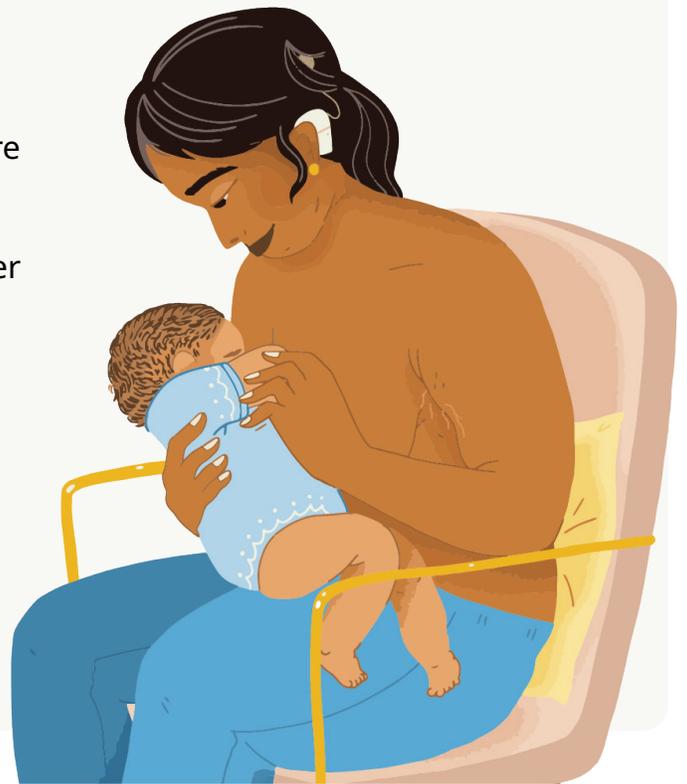
Contact peau à peau

Le contact peau à peau (CPP) consiste à placer le nouveau-né nu contre la peau nue de quelqu'un d'autre, poitrine à poitrine. Le CPP doit commencer immédiatement après la naissance, s'il n'y a pas de complications, car il aide à activer les systèmes neurologiques du nouveau-né, régule sa température, sa respiration et son rythme cardiaque, et facilite l'allaitement.¹

Le CPP est important pour tous les nourrissons, quelle que soit la méthode d'alimentation. Il peut se faire avec le parent gestationnel, un-e partenaire ou une personne de soutien. Pour les personnes qui allaitent, le CPP peut prolonger la durée de l'allaitement. C'est aussi une bonne façon de calmer le nourrisson, de renforcer le lien et de réduire la douleur lors de certaines interventions (comme la vaccination ou les prises de sang).¹

Pour plus d'informations: (en anglais)

- [Benefits of Skin-to-Skin Contact](#) (Perinatal Services BC, 2023)
- [Safer Skin-to-Skin Contact](#) (Perinatal Services BC, 2023)



Pour plus d'informations, visitez le site transcarebc.ca

Références

1. Perinatal Services BC. Skin-to-skin contact key messages for health care providers. Vancouver, BC; 2023. Available: https://cms.psbchealthhub.ca/sites/default/files/2023-11/2023-11-28_Skin-to-skin%20key%20messages_Web.pdf

Ce document a été conçu à des fins d'information seulement et ne constitue aucunement un avis médical. Veuillez adresser vos questions et préoccupations à votre équipe soignante.

Juillet 2024

Contribution financière



Santé Canada Health Canada

Les opinions exprimées ici ne reflètent pas nécessairement celles de Santé Canada.