

PREMIÈRES TÉTÉES

COMMENT L'ALLAITEMENT RENFORCE LES LIENS D'ATTACHEMENT

LE SAVIEZ-VOUS ?

Au-delà des bienfaits nutritionnels, l'allaitement favorise les interactions avec votre bébé, votre confiance mutuelle et la création de liens, primordiales pour son développement

ÉCHANGER AVEC SON BÉBÉ LORS DES TÉTÉES

permet de créer des interactions très fortes, qui contribuent à développer et renforcer les liens d'attachement.

À chaque tétée, la mère libère de l'ocytocine qu'on pourrait appeler « hormone de l'amour » ou « hormone de l'attachement », celle-ci provoque un état de bien-être physique chez la maman.

AVOIR UNE PROXIMITÉ PHYSIQUE

répond aux besoins de sécurité du bébé, lui transmettant les principes de base de confiance pour appréhender le monde ultérieurement.

- ✓ Contact étroit ou peau à peau
- ✓ Caresses et câlins
- ✓ Chaleur et odeur de la mère
- ✓ Sourires
- ✓ Battements du coeur
- ✓ Contacts visuels



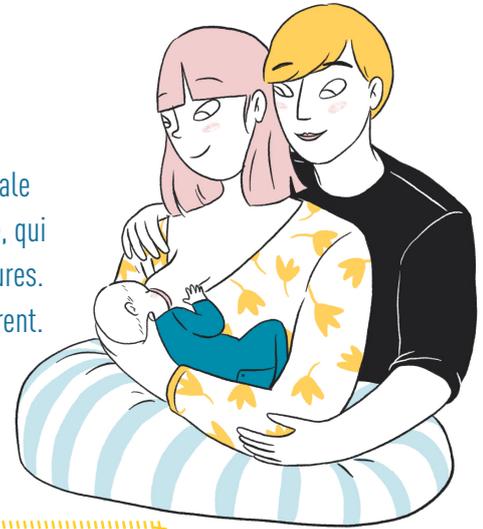
RÉPONDRE AUX BESOINS DE SON BÉBÉ

donne confiance à la mère qui se sent capable et compétente et au bébé qui est rassuré, se sent compris et écouté. Cette confiance mutuelle permet le bon développement de votre bébé.

L'allaitement à l'éveil au début puis à la demande, sans restrictions du nombre ni de la durée des tétées permet une réponse immédiate à son besoin de contact et de réassurance.

PARTAGER CE MOMENT PRIVILÉGIÉ

où vous montrez votre disponibilité et votre totale attention permet de créer une grande complicité, qui constitue une base solide pour les relations futures. Ce moment se partage avec le papa ou le co-parent.



L'ATOUT GAGNANT

➔ Dans la mesure du possible, évitez les écrans lorsque vous allaitez votre enfant, : ils font barrières aux interactions naturelles, fondamentales pour le développement de l'enfant.



Vous ressentez des difficultés dans la relation avec votre bébé lorsque vous allaitez ?

N'hésitez pas à en parler avec votre pédiatre ou la sage-femme qui vous a accompagnée lors de la grossesse !