

Bébé Mamans

Le magazine de la famille

www.bebesetmamans.com

FÊTE DES MÈRES

DES JEUX À FAIRE
AVEC BÉBÉ

ALLAITEMENT MATERNEL

10 CHOSES À
SAVOIR

L'ÉTAPE DU "NON"

DES SOLUTIONS
POUR LES PARENTS

Baby Led Weaning

EXPLICATION DE TEXTE, AVANTAGES & INCONVÉNIENTS



Sommaire

Mai 2016



BÉBÉ

QUESTION SUR...

Tout ce que vous devez savoir sur les troubles du printemps.

I LOVE MAMAN

Des idées pour jouer avec votre bébé et passer une Fête des Mères inoubliable !

L'ÉTAPE DU NON

Nos conseils pour affronter cette étape du développement de l'enfant.

SAGE-FEMME

Baby Led Weaning : tout ce que vous devez savoir !

ALLAITEMENT

10 choses à savoir.



QUEL VISAGE AURA-T-IL ?

Nous vous expliquons les traits les plus caractéristiques du visage d'un bébé.

OUI/NON

Aimeriez-vous avoir une famille nombreuse ?

HOROSCOPE

Les prédictions du mois de mai.



Bébé



Ce mois-ci, c'est la Fête des Mères ! Nous en avons profité pour vous proposer des jeux avec bébé ! Nous vous parlons également de l'allaitement, du visage de bébé et de l'étape du "Non"!



Troubles de printemps

Après le rhume et la grippe de l'hiver, le corps de l'enfant est affaibli : il est fatigué, somnolent et manque d'appétit. Voici ce qu'il faut faire.

1 *Comment faire pour augmenter ses défenses affaiblies par les infections de l'hiver ?*

On sait qu'un enfant en bonne santé, qui mange une alimentation variée et équilibrée, n'a pas besoin de supplément. Pour l'aider à renforcer ses défenses, mieux vaut adopter d'autres mesures : dès qu'il en a l'occasion, laissez-le jouer dehors plutôt qu'à l'intérieur, évitez les endroits fermés et surpeuplés et éloignez-le de la pollution à chaque fois que cela est possible. En d'autres termes, essayez de réduire les risques de contagion pour permettre au corps de reconstruire des défenses efficaces.

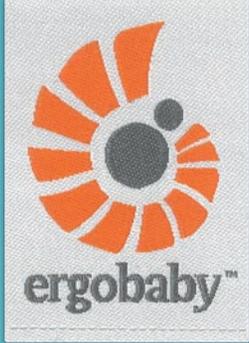
2 *Comment combattre la fatigue et la somnolence printanières ?*

Au printemps, les enfants ont davantage besoin de sommeil. C'est tout à fait normal puisqu'ils se dépensent beaucoup plus en extérieur et sont donc épuisés le soir. Il faut s'adapter à ce besoin en évitant de les surcharger d'activités et en encourageant les plus jeunes à faire une petite sieste l'après-midi. Il est également important de maintenir des heures de couché fixes et un nombre suffisant d'heures de sommeil la nuit : c'est en effet à ce moment que l'hormone de croissance atteint sa concentration maximale dans le corps.

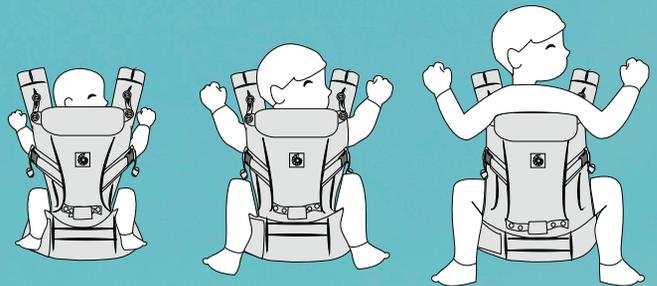


3 *Mon enfant ne veut pas manger : comment stimuler son appétit ?*

Un enfant en bonne santé absorbe la quantité de nourriture dont il a besoin. Le forcer à manger plus est une erreur. L'important est de lui proposer une alimentation variée (même en petites quantités) avec des ingrédients frais, de saison et qu'il aime. Vous veillerez à ce que le menu soit toujours équilibré et composé de 50% de glucides, 30% de protéines et 20% de matières grasses, avec beaucoup de fruits et de légumes.



Laissez-vous porter



Du nourrisson au bambin.
Facile, physiologique et évolutif,
il s'ajuste à la morphologie de chaque enfant



PORTE-BÉBÉ ADAPT 3 POSITIONS

Sur le ventre, la hanche ou le dos
sans réducteur nouveau-né de 3,2 à 20 kg.

ERGOBABY.FR



J





maman

Voici quelques activités très amusantes à réaliser avec votre petit...
Pour que la Fête des Mères soit une journée inoubliable.

Aujourd'hui est un jour merveilleux... C'est la Fête des Mères ! Et je voudrais le célébrer avec ma maman en jouant avec elle ! Il n'y a rien qui me rende plus heureux que de passer un peu de temps avec ma maman : j'éclate de rire quand elle me fait des chatouilles sur le ventre, quand on fait l'avion et qu'on touche le ciel avec les mains, quand on chante ma chanson préférée et qu'elle se trompe ou quand elle m'apprend à faire des bulles dans la baignoire... Des moments inoubliables pour moi !





Faisons de la musique tous les deux

Les enfants aiment la musique, mais, par-dessus tout, ils adorent faire du bruit... Remplissez des tubes de carton avec des graines en quantités différentes pour obtenir divers sons puis secouez-les les uns après les autres...



J'apprends à voler avec maman

Un classique : maman maintient son bébé sous les bras et le ventre comme s'il était un avion, et le fait voler. Il est bien entendu essentiel d'imiter le bruit de l'avion et qu'il y ait de temps en temps des trous d'air !



On fait des bulles ?

Provoquez une tempête de bulles avec une paille que vous plongez dans l'eau du bain. Puis invitez votre enfant à essayer ; il n'y parviendra peut-être pas, mais cela le fera très certainement beaucoup rire. Faites-lui ensuite des chatouilles sur tout le corps avec les bulles.



Jouons avec les mots

Lorsque l'enfant commence à maîtriser le langage, amusez-vous avec lui à changer les mots et à en inventer d'autres ! Donnez l'exemple en insérant des erreurs dans une phrase. Vous pouvez aussi le faire avec une chanson, les enfants adorent ce jeu !



Des chatouilles toute la journée !

Approchez tout doucement votre main de votre enfant, comme si c'était une petite bête, puis faites-la monter sur son ventre, en chantonnant : « C'est la p'tite bête qui monte, qui monte, qui monte... et qui fait guilliguli !!! ». Continuez sur le bras ou les fesses : il va adorer.



On fait des marionnettes ?

Choisissez des vieilles chaussettes sur lesquelles vous allez dessiner des visages avec des feutres. Puis enflez les chaussettes sur vos mains et commencez à mimer des scènes de tous les jours. L'enfant reconnaîtra tout de suite la situation et éclatera de rire !

LA BOUTIQUE EN LIGNE LA PLUS COMPLÈTE POUR BÉBÉS ET MAMANS

SHOP **Bebes**  **Mamans**
by **bebitus**

VOTRE COMMANDE CHEZ VOUS EN 48 / 72 H

shop.bebesetmamans.com

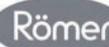
LE MEILLEUR POUR BÉBÉ AU MEILLEUR PRIX !

5€

de RÉDUCTION
sur les COUCHES
pour toujours



+ de
13.000
PRODUITS
des MEILLEURES
MARQUES



L'étape du

nonnonnon!

L'étape du non est une phase du développement de l'enfant particulièrement éprouvante pour les parents. Nous vous la présentons à travers cinq situations caractéristiques que nous analysons pour vous aider à mieux comprendre... et surtout pour apprendre à garder votre calme !





Je n'en peux plus ! Non, cette maman ne se plaint pas de son ado... mais de son petit bout de deux ans qui se dirige bien décidé vers la balançoire en mouvement tandis que sa maman pique un sprint en criant « Juuules ! ». Mais Jules n'écoute pas sa maman et continue d'avancer ! « Mais que se passe-t-il ? » s'interrogent ses parents atterrés ! Comment cet enfant qui, il y a quelques jours encore, était adorable, se met à piquer des crises de colères et à s'opposer systématiquement à tout ? C'est tout simplement l'étape redoutable du non, qui se manifeste aux alentours de deux ans. Voyons comment l'affronter...

1 IL PASSE OUTRE RÈGLES ET INTERDICTIONS

Avant, quand vous disiez : « Ne touche pas à cette prise », il vous écoutait ; à présent, il a les doigts dedans. Pourquoi un tel changement ? Il grandit et se reconnaît maintenant comme un individu à part entière : moi c'est moi et toi c'est toi. Le « non » est une façon d'exprimer son besoin d'autonomie via le détachement de la figure maternelle avec laquelle il avait été jusqu'à là en fusion.

COMMENT AGIR

Souvent, l'enfant dit « non » mécaniquement, comme pour vous tester. La tolérance et la patience vont être vos armes les plus efficaces pour transformer ce « non » en « oui ». Si vous persistez dans une attitude rigide de réprimandes et de punitions, vous risquez de transformer une obstination passagère en un conflit ouvert...



2 IL S'ÉCHAPPE EN COURANT !

Vous êtes dans la rue et votre enfant se met à courir et ne s'arrête pas malgré vos injonctions ; vous faites vos courses au supermarché, et il part en courant dans tous les rayons au risque de se perdre. Voilà deux scènes fréquentes de cette phase de recherche de l'autonomie. « Que va-t-il se passer si je m'éloigne de maman ? ».

COMMENT AGIR

Essayez d'anticiper ses réactions en ne le laissant pas descendre de la poussette dans des endroits potentiellement dangereux. Et laissez-le courir dans les endroits sûrs. Un geste d'affection devant un comportement positif sera plus efficace, lorsqu'il revient près de vous après que vous l'avez appelé, que de le gronder pour un comportement négatif lorsqu'il vous échappe.

3 IL REFUSE DE METTRE SES HABITS

Il ne fait pas cette « grève » le week-end, quand vous avez du temps, non, c'est toujours en semaine quand il faut courir pour ne pas arriver en retard à la crèche...

COMMENT AGIR

Si le problème se pose au moment de l'habiller, ne vous y prenez pas à la dernière minute. Vous arriverez beaucoup plus facilement à lui faire enfiler une chemise dans le calme, en faisant diversion avec un jeu. Vous pouvez aussi demander au papa ou à une autre personne de vous remplacer pour venir à bout de votre petite boule de nerfs.





C'EST NOUVEAU,
C'EST QUOI ?



Des prix réduits
sur tout, tout de suite,
sans exception,
promis !
En magasin
et sur **vertbaudet.fr**

Gigoteuse d'été
à partir de **24€95**

prix club **19€95**



Déjà client ?
Profitez des prix Club
pendant un an.

Pas encore client ?
Dès 3 articles achetés,
bénéficiez tout de suite
des prix Club !
Et hop... **c'est gratuit !**



> JE DÉCOUVRE

4 IL FERME LA BOUCHE CHAQUE FOIS QUE VOUS APPROCHEZ LA CUILLÈRE

Voilà encore une situation caractéristique de cet âge, sur un des terrains de prédilection de l'enfant : l'heure du repas et sa maman ! Il déploie une technique implacable : rejet d'un aliment particulier, prendre tout son temps pour manger et garder les aliments dans la bouche aussi longtemps que possible...

COMMENT AGIR

La première chose à garder à l'esprit est qu'il s'agit d'une phase passagère et que votre enfant ne se laissera pas mourir de faim. Dans ce cas, les parents doivent établir des règles, mais sans exagérer cependant. Une fois encore, le maître mot est la patience. S'il ne veut pas d'un certain plat, ce n'est pas grave, il le mangera plus tard. Dans tous les cas, essayez de ne pas donner d'importance à ce rejet en public.



5 IL EST REBELLE LE JOUR MAIS A PEUR LA NUIT !

Il est très fréquent, au cours de cette étape, que l'enfant se réveille souvent la nuit car, paradoxalement, il a besoin d'être encore plus réconforté.

COMMENT AGIR

La question est délicate car d'un côté vous sentez que vous devez consoler votre petit, mais d'un autre côté vous craignez d'entrer dans un engrenage : je pleure, tu accoures ou j'ai peur, je vais dans ton lit. C'est sans doute le moment le plus compliqué pour les parents qui, la nuit, ont plus sommeil que peur. Un bon rituel du coucher (un bisou, raconter une histoire, laisser une veilleuse allumée et encore un petit bisou) peut, par exemple, transformer le moment si redouté de la séparation de la nuit en une agréable et reposante aventure. Si votre enfant se réveille la nuit en pleurant et en vous appelant, allez le voir tranquillement, rassurez-le en lui faisant des câlins mais restez ferme sur le fait qu'après, chacun dort dans son lit.



mustela®

MATERNITÉ

PRÉSERVEZ LA BEAUTÉ DE VOTRE PEAU



7 SOINS EXPERTS



SÉCURITÉ MAMAN - BÉBÉ
GARANTIE

DÉCOUVRIR LA GAMME

Baby-Led Weaning : qu'est-ce que c'est ?

Le *Baby-Led Weaning* (ou Sevrage par bébé) est une nouvelle méthode de sevrage qui consiste à introduire très calmement les aliments solides dans la nourriture du bébé, en respectant son développement. Plusieurs associations professionnelles la proposent et expliquent comment la réaliser correctement.



Combien de bouillies votre enfant mange-t-il chaque jour ? Comment préparez-vous sa purée ? Devez-vous faire diversion pour qu'il accepte de manger son fruit ? Les parents se posent fréquemment ce genre de questions dès lors que bébé atteint l'âge de six mois et qu'il faut commencer à diversifier son alimentation. La quantité et les aliments qu'il mange, ou plutôt qu'il ne mange pas, sont souvent une source d'inquiétude car nous craignons que notre enfant ne se développe pas de façon satisfaisante et qu'il ne soit pas en bonne santé. Les recommandations strictes de certains professionnels de la santé et l'avis de no-

tre entourage, tantes, grand-mères et amies, qui nous font part de leur expérience ne nous aide pas vraiment non plus...

Le *Baby-Led Weaning* ou introduction des aliments solides en respectant l'autonomie et le rythme de l'enfant, est une méthode dont on parle de plus en plus. Elle a été développée par la nutritionniste britannique Gill Rapley dans l'objectif de faciliter la vie de milliers de familles. Nous vous expliquons ici en quoi elle consiste et quels en sont les avantages par rapport au procédé classique d'introduction des aliments solides.

Par L. Pita

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Cette méthode consiste à offrir à bébé, à partir de l'âge de six mois (pas avant), des aliments en morceaux qu'il va pouvoir prendre dans ses mains et mettre dans sa bouche pour en découvrir la texture, l'odeur, mais aussi pour jouer et faire des expériences avec. Le but n'est pas qu'il mange de grandes quantités de ces aliments puisque, de toutes façons, jusqu'à un an le lait constitue encore la principale source d'alimentation de l'enfant. L'important est qu'il se familiarise avec ces aliments, qu'il puisse en absorber les nutriments ne serait-ce qu'en les suçant et finalement qu'il découvre peu à peu que la nourriture rassasie, que c'est bon et qu'il est agréable d'être à table pour partager un repas en famille. Progressivement, bébé va aussi développer plus de compétences qui lui permettront de manipuler des aliments de différentes formes, tailles, et même, à terme, d'utiliser des couverts. Dans cette méthode, l'adulte ni n'introduit la nourriture dans la bouche de l'enfant, ni n'insiste pour qu'il mange. C'est bébé lui-même qui décide s'il a assez mangé. Le *Baby-Led Weaning* consiste à proposer et non à imposer.

QUELS SONT LES AVANTAGES ?

Le *Baby-Led Weaning* facilite le développement de la coordination visuo-motrice (œil-main), la mastication et l'apparition du réflexe de déglutition qui empêche l'étouffement. Elle favorise également l'apprentissage de l'autonomie de l'enfant (vous ne lui donnez pas de nourriture, il mange tout seul), empêche le surpoids (vous ne l'obligez pas à manger, il apprend à contrôler son appétit) et ne nécessite pas de préparation



particulière (bébé peut manger la même chose que ses parents, en respectant naturellement quelques règles de base). Grâce à cette méthode, les repas ne sont plus des moments de conflit entre parents et enfants. De nombreux experts estiment qu'avec le *Baby-Led Weaning*, les enfants bénéficient d'une alimentation plus variée et développent moins d'aversion pour certains aliments.

Y A T-IL UN RISQUE D'ÉTOUFFEMENT POUR L'ENFANT ?

C'est la préoccupation majeure des parents. Si bébé est en position verticale et qu'il peut lui-même contrôler ce qui se passe dans sa bouche, il n'y a pas plus de risque d'étouffement qu'avec une nourriture réduite en purée. En lui permettant d'essayer de manger des morceaux solides, vous aidez votre bébé à développer le réflexe de déglutition par lequel il pourra expulser des voies respiratoires les morceaux trop gros. Il s'agit là d'un mécanisme de sécurité important, car bébé apprend ainsi à ne pas introduire de trop grandes quantités de nourriture

dans sa bouche. Attention cependant à toujours proposer à bébé des aliments mous ou cuits (carottes cuites, brocoli, pastèque, riz, etc...) et à éviter les aliments solides très durs, tels que fruits secs, pomme, carotte crue, etc...

QUELS SONT LES AVANTAGES DE DONNER DES MORCEAUX PLUTÔT QUE DES PURÉES ?

Outre les avantages mentionnés ci-dessus, avec le *Baby-Led Weaning* vous ne perdez plus de temps à préparer et à donner des purées à bébé qui peut, ainsi, clairement identifier l'aliment qui se trouve devant lui et en apprécier la saveur, la couleur et la texture puisqu'il n'a pas été mélangé avec d'autres aliments. Il peut également, de cette façon, mieux gérer une nourriture dont il connaît la texture, et décider lui-même de la quantité à absorber. Rappelons un point très important : plus on tarde à donner à bébé la possibilité d'activer son réflexe de déglutition, plus il risque d'éprouver plus tard des difficultés à apprendre à éloigner les gros morceaux des voies respiratoires. Enfin, avec cette méthode, vous évitez que votre enfant ne vous réclame encore des purées à l'âge de quatre ou cinq ans comme cela arrive parfois.



QUE FAIRE SI BÉBÉ NE MANGE PAS ASSEZ ?

Jusqu'à l'âge d'un an, le lait est le principal aliment de l'enfant, les aliments solides ne constituant qu'un complément. Le bébé, comme tous les mammifères et de même que les adultes, sait parfaitement ce qu'il faut manger et en quelles quantités, suivant ainsi son propre instinct. Certains jours donc, il pourra manger un peu plus d'aliments solides en complément de son lait de base alors que d'autres fois il les goûtera à peine. N'oublions pas non plus que personne n'aime se sentir obligé de manger quelque chose qu'il n'aime pas.

BÉBÉ PEUT-IL MANGER DE TOUT ?

Oui, si l'enfant n'a aucun problème de santé et qu'il n'y a pas d'antécédents d'allergies dans la famille, auxquels cas il faudra au préalable consulter votre pédiatre qui vous indiquera les précautions à prendre.

Ne donnez pas tout de suite à bébé les produits laitiers, tels que nous les consommons nous, adultes, et veillez à cuisiner sans sel et sans sucre. Évitez en outre les aliments très durs ou qui peuvent présenter un risque d'étouffement (olives, fruits secs, pomme, etc...). Très curieusement on observe que certains bébés aiment les saveurs fortes comme l'ail ou le curry...

Bien évidemment, essayez de toujours proposer à bébé une alimentation aussi variée et équilibrée que possible, en évitant les préparations industrielles. L'enfant a tendance à imiter ce que font ses parents, lui proposer une alimentation saine est la meilleure façon de l'amener à ce qu'il en exprime lui-même le besoin.



7 conseils pour bien commencer le *Baby-Led Weaning*

- Bébé doit avoir au moins six mois et être capable de se tenir assis tout seul.
- Idéalement, bébé doit montrer de la curiosité pour la nourriture. Si, depuis tout petit, il participe aux repas, soit dans les bras de ses parents, soit sur sa chaise haute, il sera très certainement intéressé.
- Ne proposez pas de nourriture à bébé lorsqu'il a sommeil : cela ne l'intéressera pas et pourra même l'énerver ; attendez qu'il ait fait une petite sieste.
- Vous pouvez donner une tétée à bébé avant de lui proposer quelques aliments en morceau.
- Ne laissez jamais un bébé manger seul.
- Tous les aliments doivent être lavés et cuits correctement.
- Les bébés aiment essayer de nouvelles choses ; n'hésitez donc pas à lui proposer des aliments variés.

INCONVÉNIENT DE CETTE MÉTHODE ?

Le principal inconvénient du *Baby-Led Weaning* est la saleté : bébé va en effet probablement s'enduire les cheveux et les vêtements de nourriture, cracher et jeter les aliments sur le sol ou sur papa et maman. Comment faire ? Protégez le sol avec des journaux ou avec une grande nappe en plastique, utilisez des bavoirs avec des manches ou des vêtements qui ne craignent plus les taches. Donner le bain à bébé après le repas plutôt qu'avant est aussi une bonne option !



Ses multiples avantages expliquent le succès de la méthode de *Baby-Led Weaning* auprès des familles. Si, vous aussi, vous voulez essayer, n'hésitez pas à consulter les nombreux ouvrages parus à ce sujet ainsi que les professionnels de santé (pédiatre, sage-femme) ou encore les sites Web d'associations de parents.

10 choses à savoir...

Nous répondons à vos questions les plus fréquentes et mettons fin à certaines idées reçues pour que donner le sein soit un moment de pur bonheur.

Faut-il s'y préparer pendant la grossesse ?

- Il est sans aucun doute très utile de bien s'informer sur l'allaitement pendant la grossesse. Si la maman sait, avant même de commencer à allaiter, comment fonctionne la production de lait, le délai moyen entre chaque tétée, les difficultés qu'elle peut rencontrer (crevasses, mastite...) cela lui sera d'autant plus facile d'allaiter.
- En revanche, les seins ne nécessitent aucune préparation particulière puisque, tout au long de la grossesse, les tubercules de Montgomery, les petites glandes en relief situées tout autour de l'aréole, se chargent de sécréter une substance émollissante et antiseptique qui constitue une protection naturelle pour le mamelon.

1
2
3

Faut-il donner la première tétée dès la naissance ?

- Si l'on pose bébé sur la poitrine de sa maman dès la naissance, il peut tout à fait trouver le mamelon et téter le colostrum sans aucune aide extérieure. Par conséquent, sauf problème, mieux vaut ne pas intervenir à cet instant et retarder un peu les autres soins, comme le bain ou la pesée.

La poitrine est-elle toujours gonflée et douloureuse lors de la montée de lait ?

- Non, ce n'est pas toujours le cas. Si la jeune maman a son bébé à proximité et qu'elle peut l'allaiter à la demande, le lait arrivera tout naturellement, sans signes avant-coureurs : la poitrine étant bien irriguée, les canaux lactifères ne sont pas obstrués.



Est-il vrai que la tétée doit durer environ 20 minutes ?

- Il est impossible d'établir à l'avance la durée de la tétée. Dans un premier temps, bébé reçoit un lait riche en lactose, idéal pour éteindre la soif ; la seconde partie de la tétée fournit un lait plus calorique et rassasiant, contenant davantage de matières grasses nécessaires à sa croissance.
- **Chaque enfant est différent :** certains tètent goulûment et rapidement ; d'autres ont besoin de plus de temps. Faites confiance à votre enfant, dès qu'il se sentira rassasié, il lâchera spontanément le sein et/ou s'endormira.

Est-il normal d'avoir mal au cours des premiers jours ?

- Si la jeune maman souffre, c'est que quelque chose ne fonctionne pas normalement : la douleur est un symptôme qui ne doit pas être négligé. Il est normal de ressentir un peu d'inconfort pendant les premiers jours, surtout si c'est le premier enfant, mais si la sensation persiste, il faut consulter et traiter sans tarder.
- **Que faire si vous avez mal en allaitant ?** Dans la plupart des cas, il suffit de corriger la position de bébé et sa façon de téter. Si la situation perdure, n'hésitez pas à consulter votre médecin ou la sage-femme qui sauront vous conseiller.



Est-il plus difficile d'allaiter après une césarienne ?

- C'est l'expulsion du placenta qui indique au corps de la maman que l'enfant doit être nourri d'une autre façon. Il n'y a donc aucune raison pour que le mode d'accouchement complique l'allaitement : c'est plutôt le protocole prévu à la maternité qui peut poser problème, si la mère et l'enfant sont séparés.
- Il est vrai, cependant, qu'après une césarienne la jeune maman a besoin d'un peu plus d'aide, notamment dans les premières heures, voire les premiers jours suivant l'intervention, pour l'aider à prendre son bébé et à le mettre au sein.

6
7
8

Faut-il toujours allaiter à la demande ?

- Il faut offrir le sein à bébé dès qu'il semble le chercher : il ouvre la bouche, tourne la tête, porte ses mains à sa bouche ou se montre agité.
- Ne regardez pas votre montre et ne craignez surtout pas de donner trop souvent le sein à bébé, faites-lui confiance !

Et si bébé prend trop de poids ?

- La composition du lait maternel correspond parfaitement aux besoins nutritionnels de l'enfant. Aucun bébé ne grossit «trop» Au contraire, plus il tète, moins il risque d'être confronté à un problème de surpoids dans l'avenir.

Je prépare la naissance de
MON BÉBÉ



J'ouvre mon livret
BÉBÉ *gratuitement*

Ouvrez un livret "**Maternité & Bébé**"
dans votre magasin Kiabi et
RECEVEZ 10% DU TOTAL DE VOS ACHATS*
qui vous seront offerts sous forme de chèque
cadeau au premier anniversaire de votre bébé.



*dans les rayons maternité & bébé 0-18 mois.

 KIABI EUROPE SAS RCS Lille Métropole B 344 103 270.

KIABI
la mode à petits prix



Faut-il procéder à une double pesée ?

- Cette pratique a été abandonnée parce qu'elle n'apportait aucune indication vraiment utile et était trop souvent source d'inquiétude pour la jeune maman. Peser bébé avant et après la tétée pour vérifier combien il a mangé (dans le cas des bébés en bonne santé et nés à terme) est donc déconseillé. La principale raison en est la variation de la composition du lait au cours de la journée.
- On considère qu'un bébé mange suffisamment lorsqu'il mouille six à sept couches par jour et (mais cela est beaucoup plus variable) a entre deux et quatre selles par 24 heures.

9
10

Est-il préférable d'éviter la sucette et le biberon ?

- Les 4 à 6 premières semaines permettent à bébé de se familiariser avec l'allaitement et au corps de réguler la quantité de lait à produire. Il est très important d'éviter toute interférence du type sucette ou biberon qui pourrait perturber le processus. L'allaitement est basé sur le mécanisme de l'offre et de la demande : plus bébé tète, plus la poitrine produit de lait. Pour que tout fonctionne correctement, il est important que l'allaitement soit exclusif et à la demande. Enfin, bébé peut se sentir perturbé par la différence entre la succion d'une tétine artificielle et celle, naturelle, du mamelon.

**Un lieu de rencontre
pour toutes les
mamans !**



-  Toutes les réponses à vos questions et vos doutes avec plus de 5.000 articles.
-  Le Coin des Mamans : échanger et connaître d'autres mamans.
-  Le Pédiatre et le Gynécologue répondent à vos questions !

CLIQUEZ ICI !



Quel visage

Au fur et à mesure qu'il grandit, les traits du visage de bébé vont changer. Est-il possible de savoir dès la naissance comment sera son visage par la suite ?

Un nez aplati, des taches rouges, une tête en forme de poire... La tête de bébé peut parfois surprendre les jeunes parents. Les traits du nouveau-né vont néanmoins considérablement changer au fur et à mesure des semaines et des mois qui passent. Voici ce qu'il se passe.

POURQUOI A-T-IL UNE «BOSSE» SUR LA TÊTE?

À la naissance, surtout si l'accouchement a été un peu difficile, la tête du nouveau-né peut présenter une sorte de protubérance. Cette déformation s'explique par le passage au niveau du vagin, où la tête de bébé peut s'aplatir et s'étirer. La forme du crâne dépend aussi de



aura-t-il ?

facteurs génétiques et de l'espace intra-utérin. Certains bébés peuvent en effet présenter une partie de la tête plus aplatie car, disposant de moins en moins d'espace dans l'utérus, ils ont dû s'appuyer contre des parties plus rigides, notamment les os du bassin. Cette malformation est passagère et disparaît au cours des premières années.

POURQUOI LA TÊTE EST-ELLE DISPROPORTIONNÉE PAR RAPPORT AU CORPS ?

À la naissance, le périmètre crânien est d'environ 35 cm, tandis que celui du thorax est de 33 cm. Ceci car la nature donne la priorité au développement du cerveau par rapport aux autres organes internes. Les êtres humains naissent avec

un système nerveux déjà évolué, ce qui permet un développement neurologique et psychomoteur très rapide les premières années : marche, acquisition du langage, etc...

QUAND LA COULEUR DES YEUX EST-ELLE DÉFINITIVE ?

La couleur gris-bleu des yeux des nouveau-nés est due à l'absence de mélanine,





le pigment qui colore l'iris. Cette pigmentation se produit rapidement mais les yeux n'acquièrent leur couleur définitive qu'à partir de six mois.

POURQUOI BÉBÉ SEMBLE-T-IL PARFOIS PRÉSENTER UN STRABISME ?

La coordination binoculaire, c'est-à-dire des deux yeux en même temps, ne s'acquiert

pas avant l'âge de quatre mois. Jusqu'à cet âge, ce « défaut » est considéré comme normal ; s'il persiste au-delà de cet âge, on commence à parler de strabisme. Dans tous les cas, ce sera au pédiatre d'évaluer la gravité du trouble et de faire procéder à un examen des yeux.

COMMENT LES CHEVEUX DE BÉBÉ CHANGENT-ILS ?

Les cheveux de bébé à la naissance ne sont pas définitifs, il s'agit d'un duvet qui tombera au bout de quelques semaines. Avec le temps, la nouvelle chevelure réserve souvent des surprises car sa consistance varie au fil des ans, en fonction des facteurs génétiques ; ainsi, certains enfants ont les cheveux lisses et fins pendant leur petite enfance, puis bouclés et épais dès qu'ils atteignent l'adolescence. La couleur peut également varier : des cheveux blonds pendant l'enfance peuvent peu à peu devenir châains. Par contre, les personnes qui ont les cheveux très blonds, roux ou noirs ont souvent les mêmes cheveux qu'étant petits.

IL A LES OREILLES DÉCOLLÉES : QUE FAUT-IL FAIRE ?

De même que pour la tête, les oreilles souffrent parfois du passage par le vagin : le pavillon apparaît alors plié ou écrasé mais, avec le temps, retrouve spontanément sa forme. Ce n'est pas le cas lorsque les oreilles sont décollées du fait d'un facteur génétique qui entraîne, dans presque tous les cas,



la formation d'un excès de cartilage conduisant à un détachement de l'oreille de la tête. La seule solution est l'intervention chirurgicale, qui sera décidée en accord avec l'enfant le moment venu.

POURQUOI BÉBÉ A-T-IL DES TACHES ROUGES ET DES TACHES BLANCHES SUR LA PEAU ?

Il est normal que le nouveau-né présente quelques taches rouges, notamment sur les paupières, à la base du nez et dans le cou ; on les appelle des « nævus simplex » (parfois aussi « baisers de l'ange » ou « morsure de cigogne »). Ils sont dus à la dilatation de certains vaisseaux sanguins sur ces zones de la peau et ont tendance à disparaître au cours des premiers mois de vie.

Les petits points blancs sont, eux aussi, tout à fait normaux : il s'agit de cellules épidermiques kératinisées, c'est-à-dire durcies, qui sont restées bloquées à l'entrée d'un follicule. La peau les élimine peu à peu spontanément.

La situation est différente lorsque la peau se dessèche, rougit et laisse apparaître une quantité considérable de boutons ou des croutes de lait, une desquamation semblable à des pellicules. Dans ces deux cas interviennent alors les caractéristiques constitutionnelles comme, par exemple, dans le cas des croutes de lait, la difficulté à métaboliser une certaine quantité d'hormones d'origine maternelle ; elle pourra laisser place, par la suite, à une dermatite séborrhéique,

une pathologie facile à traiter mais dont la manifestation est en grande partie d'origine génétique.

EST-IL POSSIBLE DE PRÉVOIR LA FORME DÉFINITIVE DU NEZ ET DE LA BOUCHE ?

Il est très difficile de connaître avec certitude la forme du nez ; on peut juste l'imaginer en fonction des autres membres de la famille. Son apparence dépend en grande partie de facteurs génétiques et ne pourra être appréciée avant l'adolescence.

En ce qui concerne la bouche, elle se développera progressivement pendant l'enfance, parallèlement à la structure musculo-squelettique du visage, pour prendre sa forme arrondie caractéristique : les pommettes seront de plus en plus marquées, la mâchoire avancera et les muscles prendront un peu plus de tonus, donnant au visage un aspect plus adulte. Les autres changements peuvent être dus à des facteurs externes : l'utilisation prolongée de la tétine, le fait de sucer son doigt ou de respirer la bouche ouverte, par exemple.

Aimeriez-vous avoir une famille nombreuse ?



Vous pensez qu'un ou deux enfants c'est suffisant, ou qu'une famille nombreuse c'est beaucoup mieux ? Voyons ce qu'en pensent nos mamans ?

Oui car...

... J'ai trois filles de sept, quatre et deux ans, et c'est la meilleure chose que j'ai faite. Je suis avec elles à la maison. Cela m'a demandé beaucoup de sacrifices, mais en s'efforçant, on peut y arriver : avec de l'organisation... et beaucoup d'amour.

Catherine

... J'ai décidé d'avoir quatre enfants : j'en ai déjà trois et je suis enceinte du quatrième. Si on veut, on peut : nos parents et grands-parents y arrivaient parfaitement à des époques bien plus difficiles.

Eva

... J'ai quatre enfants de 19, 16, 11 ans... et 11 mois. Être maman est une chose merveilleuse. Je pense que nous devrions toutes avoir la possibilité de fonder la famille que nous souhaitons et dont nous nous sentons capables de nous occuper.

Amélie

Non car...

... Il faut énormément travailler pour avoir les moyens d'élever plusieurs enfants et pour que, finalement, ce soit une nounou qui s'en occupe ! Non pas que je ne veuille pas d'une famille nombreuse, mais je préfère n'avoir que deux enfants et pouvoir en profiter plutôt que de ne pas les voir parce que je dois travailler plus.

Leila

... Avec la vie que nous menons aujourd'hui, nous n'avons pas le temps de nous occuper de plus de deux enfants. Il faudrait arrêter de travailler et s'occuper d'eux à plein temps pour que ce soit bien.

Réjane

... Je pense que deux enfants, c'est suffisant. J'ai un petit garçon de 4 ans et une petite fille de 4 mois à qui je dédie tout mon temps. Je ne sais pas comment je ferais avec un de plus ; les deux m'absorbent déjà complètement.

Dorothée

**BÉLIER**

(21/03 au 20/04)

Grâce à la présence de Vénus dans son signe, il se comporte mieux, se montre détendu et apprécie la compagnie de ses amis. Il est heureux, souriant, et se sent protégé.

Ce mois-ci, il développe ses capacités intellectuelles : il parle plus et aime vous rappeler très précisément ce que vous avez pu lui dire. Il aime aussi beaucoup courir... et s'échapper ! Surveillez-le.

**GÉMEAUX**

(21/05 au 21/06)

Les planètes améliorent ses compétences en communication : il aime le son que font les mots et se livre à de longues conversations dans son langage à lui. Il se fait facilement des amis.

Il commence le mois en doutant, se montrant méfiant et réservé. Faites-lui des câlins ! Au fur et à mesure que le mois passe, il retrouve sa vitalité et son optimisme.

**LION**

(23/07 au 23/08)

Un mois gai et amusant pour les petits Lion, mais cette agréable parenthèse pourrait s'interrompre dans les derniers jours avec l'apparition de soudaines crises de colère.

Ce mois-ci, il se montre particulièrement nerveux et a du mal à trouver le sommeil. Il est attiré par les nouveaux aliments : encouragez-le... en prenant les précautions nécessaires !

**BALANCE**

(23/09 au 22/10)

Il manque de confiance, est indécis et a tendance à changer d'avis constamment. La faute à Vénus qui se trouve en opposition dans son signe. Pour diminuer les tensions, montrez-vous compréhensive.

Il développe son intuition et sa capacité d'observation, saisissant parfaitement votre pensée par le regard, sans que vous ayez besoin de parler. Les planètes favorisent sa créativité et son imagination.

**SAGITTAIRE**

(23/11 au 21/12)

Il ne fait pas assez d'efforts et abandonne facilement ? Ne désespérez pas ! Laissez-lui le temps de comprendre qu'avec de la persévérance et de la détermination, on obtient tout ce que l'on veut.

Il se montre peu sociable et préfère rester à la maison que de sortir jouer au parc avec ses amis. Patience ! À la fin du mois, il sera plus ouvert et aura plus envie d'être avec les autres.

**VERSEAU**

(21/01 au 19/02)

Les planètes lui sont favorables, il est heureux, calme et participe avec enthousiasme à tous les jeux. Un mois très positif au cours duquel il fait des progrès dans tous les domaines.

Ce mois-ci, il veut être le protagoniste : il parle plus fort, réclame votre attention en vous demandant de danser, de chanter avec lui et veut tout le temps gagner. Accordez-lui le plaisir de se sentir important.

**TAUREAU**

(21/04 au 20/05)

**CANCER**

(22/06 au 22/07)

**VIERGE**

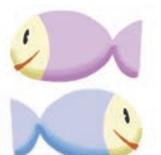
(24/08 au 22/09)

**SCORPION**

(23/10 au 22/11)

**CAPRICORNE**

(22/12 au 20/01)

**POISSON**

(20/02 au 20/03)

Bebes  et Mamans.com   

Le site et le magazine de la famille

CLIQUEZ ICI
ET DECOUVREZ LE VITE !

