

Nourrir bébé en toute sécurité

Vas-y doucement quand tu me donnes à manger, je suis en train d'apprendre à manger.

POUR EMPÊCHER BÉBÉ DE S'ÉTOUFFER...

Pourquoi ?

- *Lorsque les bébés apprennent à manger, les risques de s'étouffer sont très élevés. Vous devez donc faire très attention lorsque vous faites manger bébé.*

Comment ?

- *On ne devrait pas donner d'aliments solides à un bébé avant l'âge de 4 à 6 mois. Avant cet âge, le lait maternel ou une préparation lactée (formule de lait) pour bébés enrichie de fer lui suffira.*
- *Après l'âge de 4 à 6 mois, assurez-vous de faire manger bébé en position assise et demeurez à ses côtés.*
- *Si bébé rit ou pleure, retirez les aliments de sa bouche.*
- *Lorsque bébé a plus de 9 mois et que vous lui présentez du beurre d'arachide, étendez-le en une mince couche.*
- *Ne donnez jamais à votre bébé ou tout-petit des aliments durs ou croquants qui ne fondent pas dans la bouche, comme des rondelles de saucisses à hot dog, des noix, des croustilles, des tranches de carottes ou des raisins entiers.*

PRÉVENIR LES ALLERGIES ALIMENTAIRES

Pourquoi ?

- *S'il y a des allergies dans votre famille, votre bébé est plus à risque d'en développer.*
- *Vous pouvez aider à prévenir les allergies.*

Comment ?

- *Introduisez un seul aliment nouveau à la fois. Attendez quelques jours avant d'offrir un autre aliment.*
- *Il sera ainsi plus facile de voir si votre bébé a une réaction allergique. Les signes les plus courants sont la diarrhée et l'urticaire (rougeurs de la peau).*
- *N'offrez pas d'aliments solides avant l'âge de 4 à 6 mois et suivez l'ordre indiqué.*

Protégez les dents de votre bébé...

- *Ne donnez jamais un biberon de lait ou de jus à bébé au moment du coucher. Ne pas laisser bébé téter son biberon trop longtemps (par exemple, pendant le magasinage).*
- *Offrez du jus 100 % pur à bébé dans un verre, plutôt que dans un biberon.*