

Conseils pour faire durer un allaitement

PARTIR DU BON PIED

N'hésitez pas à vous renseigner et avoir le plus d'informations sur l'allaitement (tout court) avant l'allaitement long. Il est important de savoir où l'on met les pieds.

SE POSITIONNER

Être au clair avec ce que l'on souhaite. Sevrage naturel ? 1 an d'allaitement ? 18 mois ? 24 mois ? Faites au mieux pour bébé, et pour vous !

Incluez Super Papa dans cette prise de décision : n'oublions pas qu'il « partage » sa compagne, et qu'il a certainement un avis à donner et faire entendre.

FAIRE FI DES REMARQUES

Les réflexions désobligeantes coulent à flots, tant pis ! Vous seule savez ce dont votre enfant a besoin en terme d'allaitement. Ayez confiance en vous, vos choix, cela vous facilitera la tâche de mettre de côté ce type de désagréments.

ENTOUREZ-VOUS

Ayez à vos côtés des personnes bienveillantes, qui vous font du bien : des mamallaitantes, des professionnels de santé. Une consultante en lactation peut s'avérer d'une aide précieuse. Votre entourage ainsi constitué pourra répondre à vos questions sans vous juger.

FAIRE RESPECTER SON CORPS

Bébé a souvent tendance à tripoter l'autre sein. Si cela vous gêne, investissez dans un collier d'allaitement, qui s'avère être d'une grande efficacité.

