

**Le premier jour**  
5-7 ml par tétée.

5-7 ml

**Au troisième jour**  
22-27ml par tétée.

22-27 ml

**À partir  
du cinquième jour**  
43-57 ml par tétée.

43-57 ml

# BELLY-BALLS\*

## CAPACITÉ DE L'ESTOMAC D'UN BÉBÉ

Les “Belly-Balls”, **un outil pédagogique pour aider les parents** à visualiser la taille de l'estomac de leur bébé. Il renforce l'idée que les compléments ne sont pas nécessaires et que le colostrum (le lait des premiers jours) est plus que suffisant pour satisfaire les besoins du nouveau-né.

\*Linda J. Smith : Coach's Notebook : Games and Strategies for Lactation Education. Boston : Jones and Bartlette, 2002.



**GRANDIR NATURE**

aider les mamans

**N° Vert 0 800 622 833 03 88 50 07 99 (PRO)**

[www.grandir-nature.com](http://www.grandir-nature.com) • [leblogallaitement.com](http://leblogallaitement.com)

# AIDE MÉMOIRE DU BÉBÉ ALLAITÉ

Des tétées fréquentes (8 à 12 par 24 heures) permettent d'augmenter la production de lait les premières semaines puis de l'entretenir par la suite. Elles permettent également de mieux nourrir le bébé et de mieux le protéger. Si le bébé est en bonne santé et la tétée efficace, le bébé régulera lui-même ses apports en fonction de ses besoins. Il peut utiliser un sein ou les deux sur une même tétée selon son envie... Cette capacité à s'auto-réguler contribue à prévenir l'obésité infantile.

Age du bébé	1 jours	2 jours	3 jours	4 jours	5 j.	6 j.	7 j.	2 sem.	3 sem.	1 mois	
<b>Nombre de tétées</b> En moyenne sur 24 heures	<b>8 à 12 tétées par jour</b>									Peu de changements dans le nombre de tétées et la quantité sur 24h.  Quelques fois les selles peuvent être plus rares mais restent jaunes. Le nombre de couches mouillées reste inchangé.	
<b>Taille de l'estomac</b>	Grosueur d'une cerise		Grosueur d'une noix		Grosueur d'un abricot		Grosueur d'un oeuf				
<b>Qualité du lait</b>	5 - 7 ml par tétée 10 à 100 ml sur 24h		22- 27 ml par tétée Environ 200 ml sur 24h		43 - 57 ml par tétée 400 à 600 ml sur 24h		50 - 100 ml par tétée 600 à 800 ml sur 24h				
<b>Nombre de couches mouillées</b> (4 cuillères à soupe d'eau). En moyenne sur 24 heures	Au moins 1	Au moins 2	Au moins 3	Au moins 4	Au moins 6 couches très mouillées par de l'urine claire ou jaune pâle						
<b>Nombre de couches souillées</b> <b>Couleur des selles</b> En moyenne sur 24 heures	Au moins 1 ou 2 Noires ou vert foncé		Au moins 3 Brunes, vertes ou jaunes		Au moins 3 grosses selles, molles et granuleuses Jaunes						

**Le lait maternel est tout ce dont un bébé a besoin pendant les six premiers mois de sa vie. A 6 mois, le bébé est prêt à manger des aliments solides tout en continuant d'être allaité. L'allaitement peut se poursuivre jusqu'à l'âge de 2 ans ou plus. (OMS - UNICEF)**