

● Les signes d'éveil de votre enfant

Premiers signes

je commence à avoir faim



je commence à bouger



j'ouvre la bouche



je tourne la tête
(je cherche)



Signes clairs

j'ai vraiment faim !



je m'étire



mes mouvements sont
plus vifs



je sors la langue



Dès ces premiers signes, je suis disponible pour manger



Signes tardifs

je dois retrouver mon calme



je pleure



je suis agité



ma peau rougit



Avant de manger, j'ai besoin d'être apaisé et consolé

Alors parlez-moi, bercez-moi, installez-moi en peau à peau, cajolez-moi, etc. !

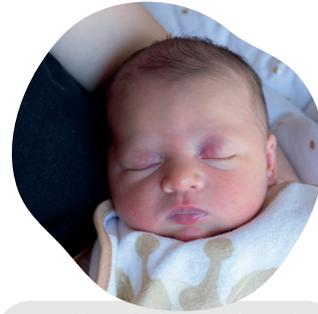
● Repères d'une alimentation suffisante

Signes de satiété

je n'ai plus faim !



je m'endors



un filet de lait s'écoule de ma bouche

> À l'inverse, je n'ai pas faim lorsque :

je détourne ma tête, je repousse le geste nourricier,
je repousse avec ma langue ou je ne réagis pas aux stimulations buccales.

● Le sommeil de votre enfant

On ne me réveille pas quand je dors !

Je ne me réveille pas parce que j'ai faim.
C'est parce que je me réveille que je vais être en capacité de téter.

Durée moyenne de sommeil sur 24h (source : reseau-morphee.fr)

