Biberons, tétines artificielles et suces : **Ce qu'il faut savoir**

La suce peut aider à réconforter votre bébé. Toutefois, une utilisation fréquente ou prolongée peut entraîner certains effets sur la santé de votre bébé.



LA SUCE PEUT PARFOIS CAUSER DES PROBLÈMES

Elle peut :

- **Cacher les signes que votre bébé a faim;**
- **Amener le bébé à téter moins souvent ou à manquer des tétées;**
- **Diminuer la stimulation des seins et faire baisser la production de lait;**
- **Faire prendre moins de poids à certains bébés;**
- **Transmettre des germes si la suce n'est pas bien lavée;**
- **Augmenter le risque de problèmes de dents, d'infections d'oreille et de retard de langage lorsqu'elle est utilisée trop longtemps.**

LA SUCE PEUT PARFOIS ÊTRE UTILE

Elle peut :

- **Calmer votre bébé si vous n'allaitez pas ou si vous êtes séparé de lui. Si vous allaitez, l'allaitement est souvent plus efficace, puisqu'il combine le contact, le fait de téter et le lait maternel;**
- **Diminuer le risque de syndrome de mort subite du nourrisson. Si vous allaitez, l'allaitement à lui seul offre une protection importante;**
- **Aider les bébés prématurés à apprendre à téter.**

Conseils pour calmer votre bébé sans utiliser de suce :

- Faites du contact peau à peau avec votre bébé;
- Mettez votre bébé au sein;
- Bercez votre bébé;
- Utilisez un porte-bébé;
- Parlez ou chantez doucement à votre bébé;
- Changez la couche de votre bébé si elle est mouillée ou sale;
- Changez les vêtements de votre bébé s'il a trop chaud ou trop froid.

Utilisation du biberon et des tétines artificielles

Le lait coule souvent plus vite au biberon qu'au sein. Le bébé peut préférer l'écoulement plus rapide du lait, ce qui peut rendre l'allaitement plus difficile. De plus, le bébé peut boire trop vite et prendre plus de lait qu'il en a besoin.

Si vous décidez d'utiliser un biberon, une tétine artificielle ou une suce :

- Attendez que l'allaitement soit bien établi, soit vers 4 à 6 semaines;
- Mettez souvent votre bébé au sein pour garder une bonne production de lait;
- Si vous nourrissez votre bébé au biberon, respectez son rythme.

Conseils pour utiliser et nettoyer une suce :

- Avant la première utilisation, faites bouillir la suce pendant 5 minutes pour la stériliser;
- Après chaque utilisation, lavez-la suce à l'eau chaude savonneuse et laissez-la sécher à l'air libre;
- Assurez-vous que la suce n'est pas « brisée ». Si elle est endommagée, jetez-la. Remplacez-la tous les 2 mois;
- Évitez de « nettoyer » la suce dans votre bouche afin de prévenir la transmission de germes à votre bébé.

Pour obtenir plus d'information, consultez les pages suivantes :

Les sucettes (suces) | Soins de nos enfants

Biberons, sucettes et collier de dentition

Choisir d'utiliser une suce, une tétine artificielle ou un biberon est une décision personnelle qui dépend des besoins de votre famille. Si vous avez des questions, parlez-en à un professionnel de la santé.

Réseau de santé Horizon Health Network | Public Health Santé publique
Santé publique Public Health vitalité