



Module 1

Activité 1.1

Nommez trois fonctions importantes des protéines du lait maternel.

En quoi les selles du bébé allaité sont-elles différentes des selles du bébé nourri artificiellement et pourquoi?

Activité 1.2

Quel est le principal glucide du lait maternel? Quel est le nom de l'enzyme qui amorce la digestion de ce glucide? Nommez les deux sucres simples qui sont formés suite à l'action de cette enzyme?

Activité 1.3

Qu'est-ce qui influence la concentration des lipides (gras) dans le lait maternel à chaque tétée?

Activité 1.4

En vous servant des catégories suivantes : bactéries, virus et cellules cancéreuses, classez les composantes du lait maternel qui contribuent à leur destruction.

Activité 1.5

Nommez 5 maladies aiguës et 5 maladies chroniques dont l'incidence est significativement plus élevée chez les bébés nourris aux préparations commerciales pour nourrisson.



Module 2

Activité 2.1

Nommez les effets d'une bonne communication sur les interlocuteurs.

Activité 2.2

Décrivez les actions non-verbales importantes dont vous devez être conscient pour toutes vos communications.

Activité 2.3

Nommez 5 choses à inclure/exclure de votre conversation pour aider une mère à gagner de la confiance en soi.



Module 3

Activité 3.1

Nommez les sujets relatifs à l'allaitement maternel qui doivent être abordés dans les discussions avec les femmes enceintes.

Activité 3.2

En utilisant les catégories : obstacles institutionnels, obstacles sociaux et perceptions postnatales, nommez les obstacles que la mère pourrait avoir à surmonter pour réussir son allaitement.

Activité 3.3

Faites une liste d'idées à discuter avec les mères pour les aider à poursuivre l'allaitement après le retour au travail.

Activité 3.4

Quelles observations feriez-vous lors d'un examen des seins en prénatal? Décrivez comment vous enseigneriez l'auto-examen des seins.





Module 4

Activité 4.1

Nommez les hormones impliquées et parlez des fluctuations de ces hormones nécessaires à l'initiation de la lactation (activation sécrétoire).

Activité 4.2

Nommez les effets qui découlent d'un nouveau-né est placé en contact peau à peau directement sur l'abdomen de sa mère immédiatement à la naissance.

Activité 4.3

Nommez 4 moyens de faciliter une mise au sein précoce et efficace lorsque la mère a eu un accouchement assisté.

Activité 4.4

Nommez les interventions fréquentes ou de routine sur votre département qui viennent nuire à l'attachement mère-enfant et à l'allaitement maternel au cours de la période sensible (premières heures) suivant la naissance.

Module 5

Activité 5.1

Décrivez les premiers signes de faim du bébé que vous voudriez enseigner à la mère.

Activité 5.2

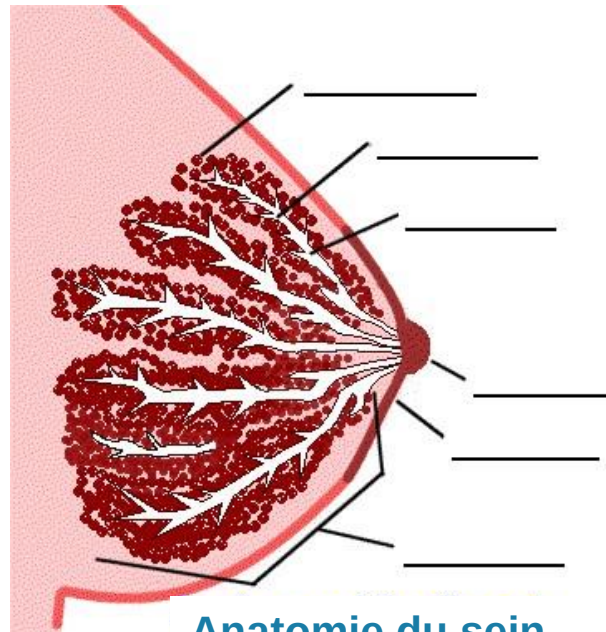
Quelle position déclenche LE PLUS de réflexes néonataux primitifs pré-alimentaires? Décrivez cette position.

Activité 5.3

Résumez les principes du positionnement en les classant dans les catégories : « stimulation sensorielle » et/ou « stabilité positionnelle ».

Activité 5.4

Décrivez l'anatomie d'une alvéole puis, identifiez les structures dans le schéma du sein suivant.



Anatomie du sein

Activité 5.5

Décrivez le transfert du lait vers le bébé en termes de pression positive et de pression négative.

Activité 5.6

Énumérez toutes les observations que vous feriez lors d'une observation naturaliste de la tétée en les regroupant par catégories.

Activité 5.7

Expliquez le processus d'évaluation en 5 étapes lors d'une consultation auprès d'une mère qui allaite.



Module 6

Activité 6.1

Écrivez quelques idées sur des moyens d'améliorer votre enseignement aux mères en utilisant vos connaissances sur l'environnement favorable aux apprentissages (lieux et les moyens qui aident une personne à apprendre).

Activité 6.2

Nommez toutes les raisons qui expliquent pourquoi une mère pourrait avoir besoin d'exprimer manuellement son lait afin d'en discuter avec elle lorsque vous lui enseignerez cette technique.

Activité 6.3

Transcrivez les données sur l'apport en lait moyen dans le tableau suivant.

Âge du bébé	Volume de lait sur 24h	Consommation du bébé
Jour 1		
Jour 2		
Jour 3		
Jour 5		
1 à 6 mois		

Activité 6.4

Quelles questions poseriez-vous et quelles observations feriez-vous avant de mettre un bébé sur le pèse-personne (la balance)?

Activité 6.5

Comparez les effets de la cohabitation (partage de la même chambre) avec ceux d'une séparation mère-bébé au cours des premières semaines de vie.

Activité 6.6

Nommez les trois signaux d'alarme que tout parent doit connaître et qui indiquent que le bébé doit être vu immédiatement par un professionnel de la santé.

Activité 6.7

Nommez 3 critères importants dans l'utilisation de la méthode de l'allaitement maternel et de l'aménorrhée (MAMA).



Module 7

Activité 7.1

Faites une liste des stratégies utiles lorsqu'un nouveau-né n'est pas capable de téter au sein lors des premiers jours après la naissance.

Activité 7.2

Faites une liste des stratégies à essayer lorsqu'un bébé plus vieux refuse le sein (grève de la tétée).

Activité 7.3

Quels bébés ne requièrent pas un dépistage de routine pour l'hypoglycémie (glucose sanguin)?

Nommez les observations qui permettent de dépister une hypoglycémie pathologique du nouveau-né.

Activité 7.4

Expliquez comment vous proposez que soient gérées les 24 premières heures dans la vie d'un bébé afin de prévenir l'hypoglycémie. En quoi l'allaitement précoce et fréquent est-il un facteur dans la prévention de l'hypoglycémie?

Activité 7.5

Comment expliqueriez-vous le processus normal de l'ictère du nouveau-né à une nouvelle mère? Écrivez les recommandations que vous lui feriez et qui concernent l'allaitement dans le but de prévenir l'hyperbilirubinémie excessive et donnez une explication pour chacune.

Activité 7.6

Faites un résumé des effets des suppléments de préparation commerciale pour nourrisson sur l'allaitement et sur le nourrisson.

Activité 7.7

Décrivez la marche à suivre pour l'allaitement d'un bébé qui démontre des signes et symptômes d'une malabsorption/surcharge de lactose.

Activité 7.8

Ajoutez une copie du formulaire de la collecte de données initiale que vous utilisez sur votre département, dans votre cahier d'exercices. Apportez-y les changements pour que toutes les informations pertinentes discutées dans cette section s'y trouvent.

Activité 7.9

Imprimez l'information sur tous les moyens de donner un supplément à un nourrisson (dans les 3 sujets qui suivent). Classez-la dans votre cahier d'activités.



Module 8

Activité 8.1

En utilisant les grands titres : « Facteurs de prédisposition » et « Prévention », écrivez ce que vous avez appris sur l'engorgement.

Activité 8.2

En utilisant les catégories suivantes : « Drainage fréquent et efficace du lait », « Thérapie par le froid » et « Soulagement de la douleur », nommez les stratégies que vous suggèreriez à une mère pour traiter son engorgement.

Activité 8.3

Quels conseils généraux pouvez-vous donner à une mère qui éprouve des difficultés à faire prendre le sein confortablement à son bébé?

Activité 8.4

Faites une liste des signes et des symptômes de la candidose mammaire (infection au *Candida albicans*).

Activité 8.5

Nommer des stratégies qu'une mère peut utiliser conjointement avec un traitement antifongique lors d'une candidose mammaire.

Activité 8.6

Quels sont les facteurs les plus fréquents qui prédisposent à la mastite? Quels moyens de prévention de la mastite allez-vous discuter avec les mères?

Activité 8.7

Nommer les premières interventions que vous discuteriez avec une mère qui est en début de mastite.

Activité 8.8

Écrivez comment vous expliqueriez le maintien de la lactation à un jeune collègue de travail.

Activité 8.9

Faites une liste de tous les points à aborder avec une mère qui veut augmenter sa production de lait.

Activité 8.10

Écrivez les recommandations d'allaitement pour chacun des problèmes de santé suivants : le diabète (tous les types), l'obésité, les maladies thyroïdiennes, le VHB+ et le VHC+.

Activité 8.11

Quels sont les critères d'une alimentation artificielle sécuritaire du bébé lorsque la mère est séropositive au VIH?



Module 9

Activité 9.1

Quel est l'objectif du Code international de commercialisation des substituts du lait maternel et comment est-il atteint?

Activité 9.2

Qu'est-ce qui est couvert par le Code de l'OMS?

Activité 9.3

Que pouvez-vous faire pour soutenir le Code?

Activité 9.4

Nommer 5 effets de l'implantation de l'Initiative Ami des bébés à l'hôpital et dans la communauté.

Activité 9.5

Assurez-vous d'avoir toutes les coordonnées à jour des groupes de soutien à l'allaitement de votre communauté et gardez-les dans votre cahier d'activités. Entrez en contact avec chacun de ces groupes et recueillez une copie de tous les feuillets d'information remis aux mères. Lisez-les pour vous familiariser avec eux. Classez-les dans votre cahier d'activités.