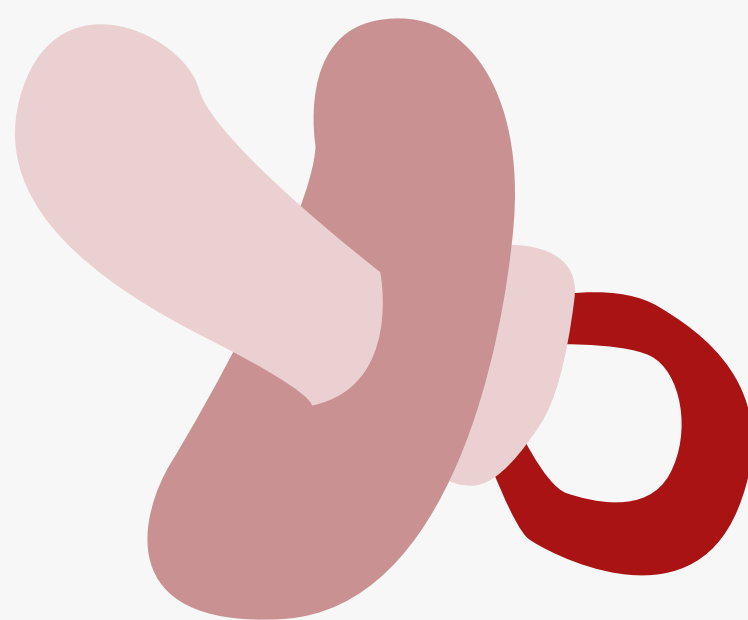


LA TÉTINE, PETIT OBJET ET GRANDES QUESTIONS !



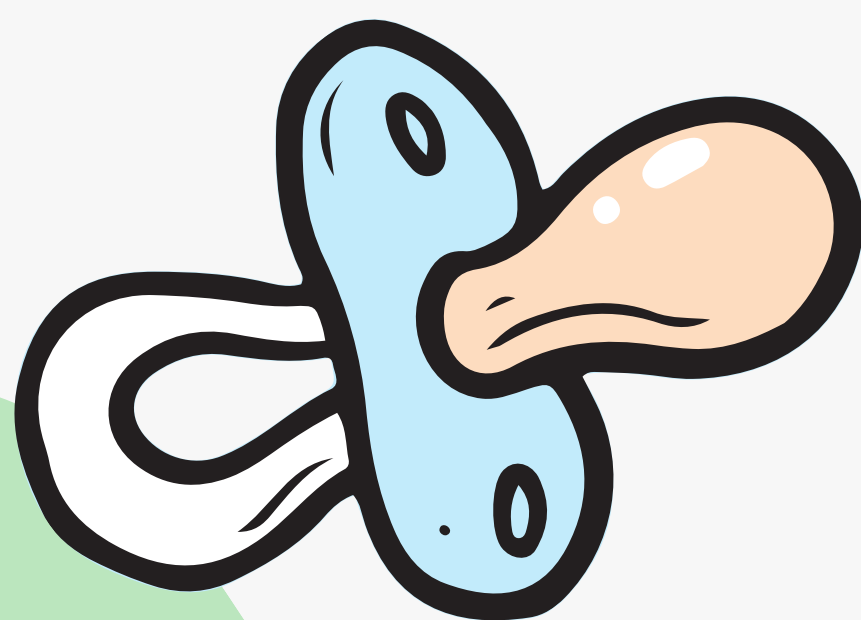
Edition numéro 8

SELON UNE ÉTUDE CANADIENNE, 84 % DES NOURRISSONS OCCIDENTAUX **AURAIENT** UNE TÉTINE.

SI LE RÉFLEXE DE SUCCION EST NATUREL ET SANS DANGER CHEZ LES NOUVEAU-NÉS, L'UTILISATION DE LA TÉTINE PEUT, À TERME, ENTRAÎNER DES PROBLÈMES DE SANTÉ CHEZ LES ENFANTS DE PLUS DE 3 ANS.

POURTANT, UN JOUR, VOTRE BÉBÉ DEVRA ARRÊTER LA TÉTINE. MAIS QUEL EST LE MEILLEUR MOMENT POUR LE SEVRAGE DE LA TÉTINE ? ET COMMENT S'Y PRENDRE ?

FAISONS LE POINT!



LES AVANTAGES DES TÉTINES

GESTION DES ÉMOTIONS : LA TÉTINE PEUT ÊTRE UTILE POUR AIDER LES JEUNES ENFANTS À RÉGULER LEURS ÉMOTIONS, NOTAMMENT LORS DE SÉPARATIONS OU DE MOMENTS STRESSANTS.

D'APRÈS UNE ÉTUDE AMÉRICAINE, LA SUCETTE **SERAIT** UN MOYEN DE PROTÉGER L'ENFANT **FACE** AU SYNDROME DE MORT SUBITE. LES CHERCHEURS **PENSENT** QUE LE MÉCANISME PROTECTEUR SERAIT PROBABLEMENT **DÛ** À DES DÉGLUTITIONS ET DES RÉACTIONS D'ÉVEIL PLUS FRÉQUENTES **ET** À LA DIMINUTION DU REFLUX GASTRO-ŒSOPHAGIEN **PAR** LA TÉTINE.

PERMET L'AUTORÉGULATION DU STRESS.

C'EST UN OBJET TRANSITIONNEL

AIDE À L'ENDORMISSEMENT

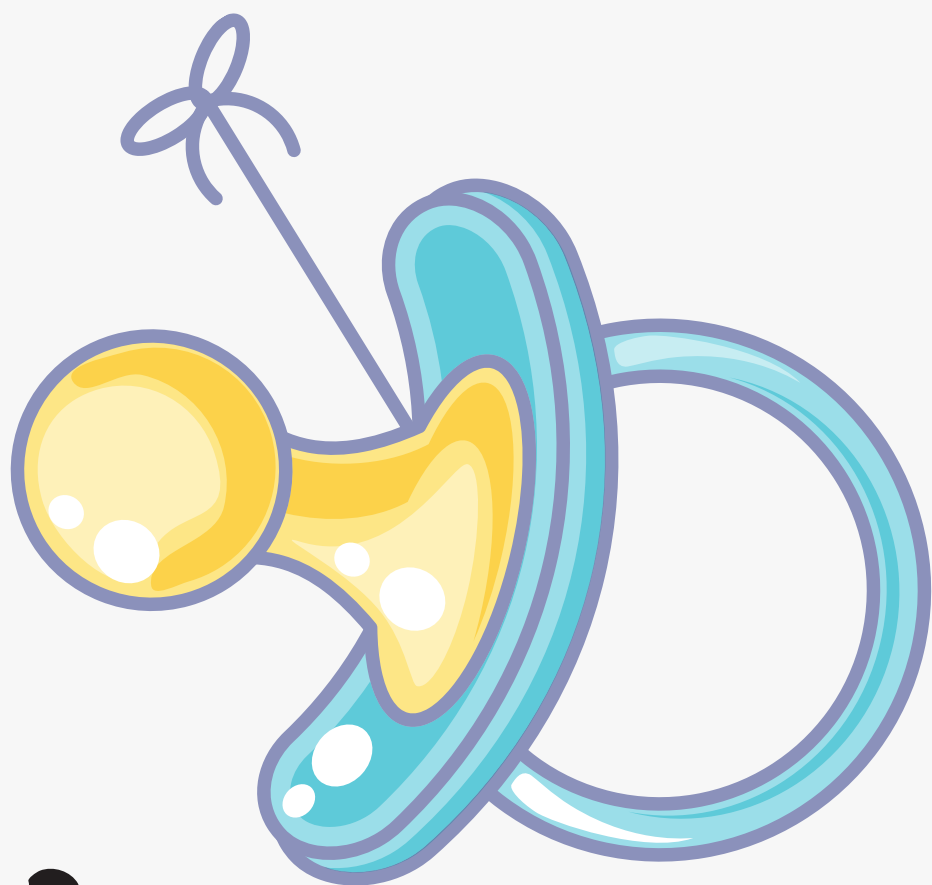


LES INCONVÉNIENTS DES TÉTINES

ENTRAÎNER UNE DÉFORMATION DE L'ALIGNEMENT DENTAIRE ET DU PALAIS. EN EFFET, UN USAGE INTENSIF ET CONTINU DE LA TÉTINE PAR VOTRE ENFANT PEUT PROVOQUER DES MALOCCLUSIONS DENTAIRES (UN MAUVAIS ALIGNEMENT OU UN CHEVAUCHEMENT DES DENTS, ETC.). EN EFFET, L'EMBOÛT SILICONÉ EXERCE UNE PRESSION SUR LE PALAIS ET LA DENTITION DE VOTRE ENFANT : IL PEUT DONC À TERME ÊTRE RESPONSABLE DE LEUR DÉFORMATION.



PEUT NUIRE AU DÉVELOPPEMENT DU LANGAGE. EN EFFET, LORSQUE LA TÉTINE EST EN BOUCHE, L'ENFANT PEUT **PRÉSENTER** DES DIFFICULTÉS À BIEN ENTENDRE ET ~~À BIEN~~ DIFFÉRENCIER LES SONS QU'ON LUI ADRESSE. TOUT SIMPLEMENT CAR SA LANGUE EST **COINCÉE**. ELLE PEUT NUIRE À SA BONNE ÉLOCUTION (LES F, S ET CH) SONT **TRÈS DIFFICILES À RÉALISER EN CAS DE** TÉTINE EN BOUCHE!



HABITUDE DIFFICILE À ROMPRE : LA DÉPENDANCE À LA TÉTINE PEUT RENDRE SON RETRAIT **DIFFICILE**, ENTRAÎNANT ~~DES~~ PLEURS ET ~~DES~~ FRUSTRATIONS CHEZ L'ENFANT.

COMMENT ARRÊTER LA TÉTINE ?

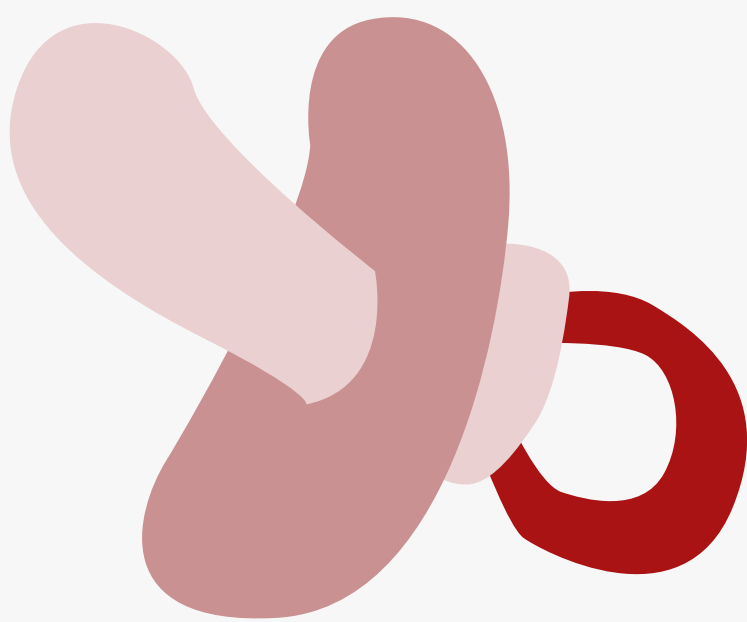
LA PLUPART DES DENTISTES ET DES ORTHODONTISTES RECOMMANDENT DE RÉDUIRE L'UTILISATION DE LA TÉTINE AUTOUR DU PREMIER ANNIVERSAIRE ET DE L'ARRÊTER COMPLÈTEMENT VERS L'ÂGE DE 2 OU 3 ANS.

L'ÂGE LE PLUS FACILE POUR LE SEVRAGE DE LA SUCETTE SE SITUE ENTRE 3 ET 8 MOIS. AVANT 3 MOIS, LE BÉBÉ A ENCORE UN BESOIN DE SUCCION TROP IMPORTANT. ~~ET~~ APRÈS 8 MOIS, UN BÉBÉ COMMENCE À S'ATTACHER ÉMOTIONNELLEMENT À LA TÉTINE. COMBINÉ À L'ANXIÉTÉ DE SÉPARATION/PEUR D'ABANDON (PIC VENTRE 9 MOIS ET 1 AN), CE N'EST PLUS UN MOMENT FAVORABLE POUR ARRÊTER LA TÉTINE.

ABANDONNER SA TÉTINE NE SE FAIT PAS DU JOUR AU LENDEMAIN.

LE MOMENT QUE VOUS CHOISIREZ POUR DIRE AU REVOIR À LA TÉTINE NE DOIT PAS ÊTRE EN MÊME TEMPS QUE D'AUTRES GRANDS CHANGEMENTS MAJEURS (COMME L'ARRIVÉE D'UN BÉBÉ, LA RENTRÉE À L'ÉCOLE, L'ARRÊT DES COUCHES OU UN DÉMÉNAGEMENT). CELA EST CRUCIAL POUR ASSURER UN SEVRAGE EN DOUCEUR ET RÉUSSI.

UNE RÉDUCTION PROGRESSIVE DU TEMPS PASSÉ AVEC LA TÉTINE PEUT ÊTRE UNE PREMIÈRE ÉTAPE EFFICACE. ASSUREZ-VOUS QUE VOTRE ENFANT NE PUISSE UTILISER LA TÉTINE QU'À DES MOMENTS PRÉCIS, PAR EXEMPLE AU MOMENT DU COUCHER OU LORS DE LONGS TRAJETS EN VOITURE. RÉDUISEZ PROGRESSIVEMENT LE TEMPS DE TÉTINE ET OFFREZ À VOTRE ENFANT D'AUTRES POSSIBILITÉS DE SE CALMER OU DE SE DISTRAIRE.



DES ASTUCES

IMPLIQUER L'ENFANT DANS LE PROCESSUS.

- PROPOSEZ-LUI DE DÉCORER UNE PETITE BOÎTE SPÉCIALE OÙ IL POURRA PLACER SA TÉTINE
- ENCOURAGEZ-LE DÈS QU'IL ACCEPTE DE PASSER UN PEU PLUS DE TEMPS SANS SA TÉTINE. LES COMPLIMENTS RENFORCENT SA CONFIANCE ET L'AIDENT À SE SENTIR FIER DE GRANDIR.

LE SEVRAGE DE LA TÉTINE PEUT ÊTRE UN PROCESSUS DIFFICILE POUR VOTRE ENFANT. IL EST IMPORTANT QUE VOUS SOYEZ PATIENT ET EMPATHIQUE ET QUE VOUS LAISSIEZ À VOTRE ENFANT LE TEMPS DE S'HABITUER AUX CHANGEMENTS. ÉVITEZ DE METTRE VOTRE ENFANT SOUS PRESSION OU DE LE PUNIR S'IL RÉCLAME SA TÉTINE. MONTREZ-LUI PLUTÔT QUE VOUS ÊTES À SES CÔTÉS ET QUE VOUS LE SOUTENEZ.

LE CHANGEMENT PEUT PERTURBER LE SOMMEIL DE VOTRE ENFANT (ET LE VÔTRE !). RESTEZ PATIENTS ET DOUX. LES 2 À 3 PREMIÈRES NUITS PEUVENT ÊTRE DIFFICILES MAIS NE FLANCHER PAS, SINON IL FAUT TOUT RECOMMENCER.

EN TANT QUE PARENT, VOTRE RÔLE EST D'OFFRIR UN VÉRITABLE SOUTIEN À VOTRE ENFANT PENDANT CETTE PÉRIODE. VOTRE PATIENCE, VOTRE COMPRÉHENSION ET VOTRE RÉCONFORT SERONT LES BASES SOLIDES SUR LESQUELS VOTRE ENFANT POURRA S'APPUYER POUR SURMONTER CETTE TRANSITION.



CONCLUSION



LE SEVRAGE DE LA TÉTINE EST BIEN PLUS QU'UNE SIMPLE ÉTAPE DE DÉVELOPPEMENT : C'EST UNE PÉRIODE DE CROISSANCE, DE CHANGEMENT ET D'APPRENTISSAGE POUR VOTRE ENFANT COMME POUR VOUS. EN ABORDANT CETTE ÉTAPE AVEC PRÉPARATION, AMOUR ET UNE PINCÉE DE CRÉATIVITÉ, VOUS TRANSFORMEREZ CE DÉFI EN UNE BELLE RÉUSSITE.