



L'abandon du biberon

Âge recommandé : Commencez le sevrage entre 12 et 18 mois.

Raisons pour abandonner le biberon :

Pour devenir grand :

Cela confine l'enfant à un statut de bébé. Les enfants attachés à leur suce semblent être plus timides et renfermés sur eux-mêmes, ce qui peut nuire à leur capacité de socialiser.

Pour avoir de bonnes dents :

Cela peut causer des modifications au niveau du positionnement adéquat des dents et entraîner des déformations. Cette habitude doit cesser avant l'apparition des dents permanentes. Donnez-lui à boire avant le coucher, mais ne le laissez pas s'endormir avec le biberon, car cela est à risque pour la carie dentaire.

Comment procéder?:

Allez-y graduellement :

-  Le nombre de biberons diminuera graduellement dès l'introduction des aliments à 6 mois.
-  Ensuite, diminuez graduellement le nombre de biberons restant par jour.
-  Progressez en douceur et par étapes. Par exemple, essayez d'abord de supprimer le biberon du matin. Expliquez-lui qu'il peut maintenant boire son lait au verre comme papa.
-  Le biberon du soir sera le dernier à être supprimé.
-  Offrez-lui son lait dans un gobelet ou dans un verre à bec souple lors des repas et des collations.
-  Achetez-lui de jolis verres à l'effigie de son héros préféré. Il aura plaisir à boire dans son verre chaque matin.
-  Vous pouvez aussi réduire petit à petit la quantité de liquide dans le biberon. Il devra prendre les restes au gobelet.

 Si le sevrage est difficile, explorez l'attachement de votre enfant au biberon :

 Découvrez ce que le biberon comble comme besoin chez votre enfant. Cela vous permettra de mieux comprendre la situation et d'envisager des solutions en lien avec les besoins de votre enfant.

 Évitez les moments de stress :

 Évitez les périodes particulièrement stressantes, exemple : la naissance d'un autre enfant, un déménagement, le retour au travail, l'entrée en garderie, etc.

 Consultez le médecin :

Si le processus est long et la situation vous inquiète, n'hésitez pas à en parler à un professionnel.