

Livret de Messages Clés



Le Paquet de Counseling Communautaire pour
l'Alimentation du Nourrisson et du Jeune Enfant (ANJE)

Livret de Messages Clés

Le Paquet de Counseling
Communautaire pour l’Alimentation
du Nourrisson et du Jeune Enfant (ANJE)



Cartes de Counseling: Messages Clés

1. Nutrition pour la femme enceinte et allaitante	1
2. Femme enceinte/Accouchement dans un établissement	2
3. Pendant les 6 premiers mois, votre bébé a besoin SEULEMENT du lait maternel.....	3
4. Importance de l'allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois	4
5. Allaiter à la demande, le jour et la nuit (8 à 12 fois) pour augmenter votre production de lait maternel.....	5
6. Positions pour l'allaitement maternel	6
7. Bonne prise	7
8. Alimentation d'un bébé de faible poids à la naissance.....	8
9. Comment exprimer manuellement le lait maternel et nourrir à l'aide de la tasse.....	9
10. Quand vous êtes séparée de votre bébé.....	10
11. Les bonnes pratiques d'hygiène (propreté) préviennent les maladies	11
12. Débuter l'alimentation complémentaire quand le bébé atteint 6 mois	12
13. Alimentation complémentaire de 6 à 9 mois.....	14
14. Alimentation complémentaire de 9 à 12 mois.....	16
15. Alimentation complémentaire de 12 à 24 mois	18
16. Variété des aliments.....	20
17. Alimentation du bébé malade de moins de 6 mois	21
18. Alimentation de l'enfant malade de plus de 6 mois.....	22
19. Suivi- Promotion régulier de la croissance.....	23
20. La planification familiale optimale favorise la santé et la survie de la mère et l'enfant	24
21. Si une femme est infectée par le VIH..... Quel est le risque de transmission du VIH au bébé quand aucune mesure préventive n'est prise? ...	25

Compétences sur le counseling positif

Ce jeu de cartes a été développé pour aider dans le counseling des mères et autres gardiennes d'enfant sur l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant (ANJE). Les aptitudes en counseling positif sont importantes pour votre réussite. Quelques connaissances de base en counseling présentées ci-dessous incluent l'écoute et l'apprentissage, ainsi que créer un climat de confiance et apporter du soutien.



Aptitudes d'écoute et d'apprentissage:

- Employer la communication non-verbale utile:
- Garder la tête au même niveau que la mère (ou la gardienne d'enfant)
- Prêter attention
- Supprimer les barrières physiques
- Prendre du temps
- Toucher de manière appropriée
- Poser des questions ouvertes
- Utiliser des réponses et des gestes qui démontrent un intérêt
- Réagir à ce que dit la mère (ou la gardienne d'enfant)
- Éviter d'employer des mots qui « jugent ».

Aptitudes pour créer un climat de confiance et apporter du soutien

1. Accepter ce que la mère (ou la gardienne d'enfant) pense et ressent. Laisser la mère (ou la gardienne d'enfant) faire part de ses inquiétudes avant de corriger les idées reçues ou mauvaises informations. Cela aide à établir un climat de confiance.
2. Écouter attentivement la mère (ou la gardienne d'enfant) faire part de ses inquiétudes.

3. Reconnaître et féliciter ce que la mère (ou gardienne d'enfant) et l'enfant font correctement.
4. Apporter une aide pratique.
5. Donner au fur et à mesure, quelques informations importantes.
6. Utiliser un langage simple que la mère ou la gardienne d'enfant comprendra.
7. Utiliser les cartes de counseling appropriées ou les brochures à emporter.
8. Faire une ou deux suggestions, sans donner d'ordres.

Le Counseling en 3 étapes pour l'ANJE:

Le counseling en 3 étapes suivant vous aidera à faire du counseling, avec les mères (ou la gardienne d'enfant) sur l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant. Les 3 étapes sont Evaluer, Analyser et Agir.

Étape 1 : Évaluer : demander, écouter et observer

- Saluer la mère (ou la gardienne d'enfant), en utilisant un langage et des gestes amicaux.
- Poser quelques questions initiales qui l'encouragent (elle ou lui) à parler.

- Écouter ce qui est dit et observer ce qui suit en utilisant les aptitudes d'écoute et d'apprentissage, et les aptitudes pour créer un climat de confiance et apporter du soutien.
- Évaluer les pratiques d'alimentation adaptées à l'âge et l'état de santé de l'enfant et de la mère (ou la gardienne d'enfant).

Étape 2 : Analyser : identifier les difficultés et s'il y a plus d'une – hiérarchiser les.

- Décider si l'alimentation que vous observez est adaptée à l'âge de l'enfant et si l'état ou la santé de l'enfant et de la mère (ou la gardienne d'enfant) est bonne.
- S'il n'y a aucune difficulté apparente, féliciter la mère (ou la gardienne d'enfant) et réfléchir sur l'information nécessaire à fournir pour la prochaine étape du développement de l'enfant.
- Si une ou plusieurs des difficultés d'alimentation se présentent ou l'état de santé de l'enfant ou de la mère (ou la gardienne d'enfant) est faible, hiérarchiser les difficultés.
- Au cas échéant, répondre aux interrogations de la mère (ou la gardienne d'enfant).

Étape 3 : Agir : discuter, suggérer quelques informations pertinentes, s'entendre sur des

actions réalisables.

- Selon les facteurs analysés ci-dessus, choisir quelques informations à partager avec la mère ou la gardienne d'enfant sont les plus appropriées pour elle ou sa situation.
- S'assurer de féliciter la mère ou la gardienne d'enfant pour ce qu'elle fait bien.
- Présenter les options abordant les difficultés d'alimentation ou l'état de santé de l'enfant ou de la gardienne d'enfant en termes de petites actions réalisables. Ces actions devraient être limitées dans le temps (dans les prochain(e)s jours ou semaines).
- Partager l'information clé avec la mère ou la gardienne d'enfant, en utilisant les cartes de counseling appropriées ou les brochures à apporter à la maison et répondre aux questions si nécessaire.
- Aider la mère ou la gardienne d'enfant à choisir une option qu'elle accepte d'essayer, afin d'aborder ou de surmonter les difficultés ou conditions qui ont été identifiées. C'est ce qu'on appelle trouver un accord.
- Suggérer un endroit où la mère ou la gardienne d'enfant peut trouver un appui additionnel. Se référer au centre de santé le plus proche si nécessaire et/ou encourager la participation aux entretiens éducatifs ou groupes de soutien à l'ANJE dans la communauté.
- Vérifier que la mère ou la gardienne d'enfant sait où trouver un agent de santé communautaire et/ou tout autre agent de santé.
- Remercier la mère ou la gardienne d'enfant pour le temps accordé.
- Planifier une nouvelle rencontre, si nécessaire

22. Si une femme est infectée par le VIH.....

Quel est le risque de transmission du VIH au bébé si les deux prennent des ARV et la femme pratique l'allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois ? 26

23a. Allaiter exclusivement et prendre des ARV 27

23b. Allaiter exclusivement au sein même lorsqu'il n'y a pas d' ARV 29

24. Quand emmener votre enfant au centre de santé.. 30

Carte circonstance spéciale

Carte 1: Éviter tout allaitement..... 31

Carte 2: Conditions nécessaires pour éviter tout allaitement maternel..... 32

Carte 3: Enfant non-allaité au sein de 6 jusqu'à 24 mois..... 33

Brochures

Nutrition pendant la grossesse et l'allaitement maternel 34

Comment allaiter votre bébé au sein 36

Comment alimenter un bébé après 6 mois..... 38

Nutrition pour la femme enceinte et allaitante



- Au cours de votre grossesse, manger un petit repas supplémentaire ou « casse-croûte » (nourriture supplémentaire entre les repas) chaque jour pour fournir de l'énergie et des éléments nutritifs pour vous et votre bébé en pleine croissance.
- Au cours de l'allaitement, manger deux petits repas supplémentaires ou « casse-croûte » (nourriture supplémentaire entre les repas) chaque jour pour fournir de l'énergie et des éléments nutritifs pour vous et votre bébé en pleine croissance.
- Vous devez manger les meilleurs aliments disponibles, y compris du lait, des fruits frais et des légumes, de la viande, du poisson, des œufs, des céréales, des pois et des haricots.
- Boire toutes les fois que vous avez soif.
- Boire du thé ou du café avec les repas peut interférer avec l'utilisation des aliments par le corps. Limiter la quantité de café que vous buvez pendant la grossesse.
- Pendant la grossesse et l'allaitement, des nutriments spéciaux aideront votre bébé à bien grandir et à être en bonne santé.
- Prendre des comprimés de fer et d'acide folique pour prévenir l'anémie pendant la grossesse et pendant au moins 3 mois après la naissance de votre bébé.
- Prendre des comprimés de vitamine A immédiatement après l'accouchement ou dans les 6 semaines qui suivent pour que votre bébé puisse recevoir de la vitamine A via votre lait maternel pour aider à prévenir les maladies.
- Utiliser du sel iodé pour aider au bon développement du cerveau et du corps de votre bébé.
- Participer aux soins prénatals au moins 4 fois pendant la grossesse. Ces examens médicaux sont importants pour vous renseigner sur votre santé et la croissance de votre bébé.
- Prendre des comprimés antiparasitaires pour aider à la prévention de l'anémie.
- Pour prévenir la malaria, dormir sous une moustiquaire imprégnée avec des insecticides et prendre les comprimés anti malariques prescrit.
- Connaître votre statut sérologique, aller à tous les rendez-vous cliniques et prendre vos médicaments comme conseillé par votre prestataire de soins de santé.
- Les mères adolescentes : vous avez besoin de soins supplémentaires, plus de nourriture et plus de repos qu'une mère plus âgée. Vous devez nourrir votre propre corps, qui se développe toujours, aussi bien que celui de votre bébé en croissance.

Femme enceinte/Accouchement dans un établissement



- Tenir votre nouveau-né peau contre peau juste après la naissance. Ceci maintiendra votre bébé au chaud et facilitera une bonne respiration, l'aidera à trouver le sein facilement, et vous aidera à créer un lien affectif entre vous et votre bébé.
- Commencer l'allaitement dans la première heure suivant la naissance. L'allaitement maternel précoce aide le bébé à apprendre à allaiter tandis que le sein est encore souple, et aide à réduire vos saignements.
- Le colostrum, le lait jaunâtre épais, est bon pour votre bébé.
- Le colostrum aide à protéger votre bébé contre les maladies et aide à éliminer les premières selles noirâtres.
- Allaiter fréquemment peut aider votre lait à couler et à assurer une abondance de lait maternel.
- Ne pas donner d'eau ou d'autres liquides/fluides à votre bébé pendant les premiers jours après la naissance. Ils ne sont pas nécessaires et sont dangereux pour votre nouveau-né.

Pendant les 6 premiers mois, votre bébé a besoin SEULEMENT de lait maternel

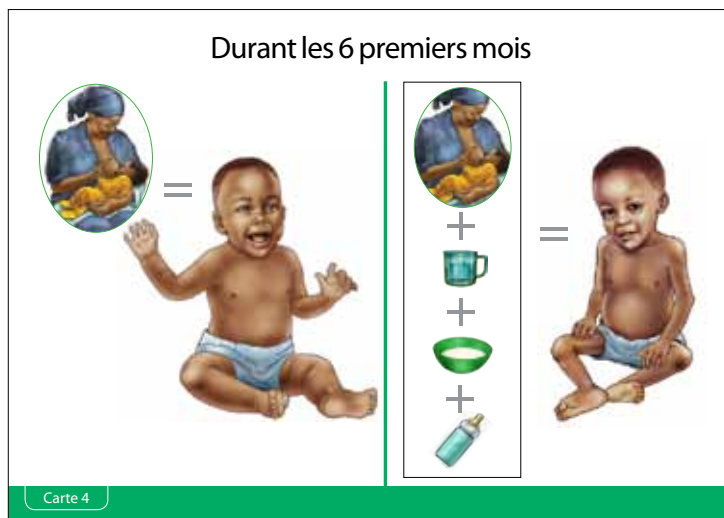


- Le lait maternel fournit toute la nourriture et l'eau dont votre bébé a besoin pendant les 6 premiers mois.
- Ne pas donner autre chose, même pas d'eau, pendant les 6 premiers mois de votre bébé.
- Même pendant les périodes de forte chaleur, le lait maternel éteindra la soif de votre bébé.
- Le fait de donner autre chose à votre bébé diminuera sa succion et réduira la quantité de lait maternel que vous produisez.
- L'eau, d'autres liquides et aliments peuvent rendre le bébé malade.
- Vous pouvez donner des médicaments s'ils sont recommandés par votre prestataire de soins de santé.

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

Il peut y avoir une période de 24 heures au cours du premier ou deuxième jour pendant laquelle le bébé s'alimente seulement 2 à 3 fois. Après les premiers jours, l'allaitement maternel fréquent est important pour établir une bonne production de lait.

Importance de l'allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois

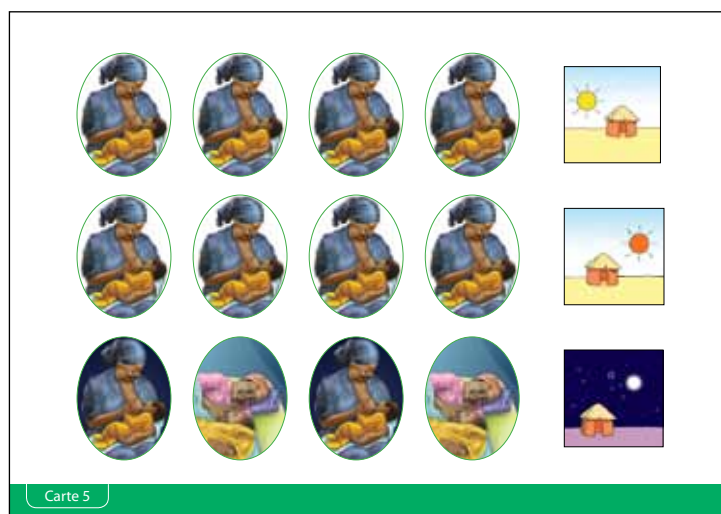


- L'allaitement maternel exclusif signifie nourrir votre bébé UNIQUEMENT avec du lait maternel durant les 6 premiers mois.
- Le lait maternel fournit tous les aliments et l'eau dont votre bébé a besoin pendant les 6 premiers mois de vie.
- L'allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois protège votre bébé contre beaucoup de maladies, telles que la diarrhée et les infections respiratoires.
- Lorsque vous allaitez votre bébé exclusivement pendant les 6 premiers mois et vous n'avez pas vos menstruations, vous êtes protégée contre une autre grossesse.
- L'alimentation mixte signifie nourrir votre bébé de lait maternel et de tout autre aliment ou liquide, y compris le lait maternisé pour bébé, le lait animal ou l'eau.
- L'alimentation mixte avant 6 mois peut endommager l'estomac de votre bébé.
- L'alimentation mixte augmente les risques de maladies telles que la diarrhée, la pneumonie, et la malnutrition pour votre bébé.
- Le fait de donner des aliments ou n'importe quel type de liquides autres que le lait maternel à votre bébé, y compris le lait maternisé, le lait animal, ou l'eau avant 6 mois peut endommager l'estomac de votre bébé. Cela réduit la protection que procure l'allaitement maternel exclusif, et tous les bénéfices que votre bébé tire à partir de votre lait maternel.

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

Si une mère est infectée par le VIH, se référer aux cartes de counseling 21 à 23b ou les 3 cartes de circonstance spéciale pour des informations sur le VIH et l'alimentation du nourrisson.

Allaiter à la demande, le jour et la nuit (8 à 12 fois) pour augmenter votre production de lait maternel



- Allaiter votre bébé à la demande, jour et nuit.
- Plus de succion (avec une bonne prise) augmente la production de lait maternel.
- Pleurer est un signe tardif de faim. Les signes avant-coureurs indiquant que votre bébé veut prendre le sein sont:
 - Agitation
 - Ouverture de la bouche et rotation de la tête d'un côté à l'autre
 - Tirer et rentrer la langue
 - Sucrer les doigts et les poings
- Laisser votre bébé terminer avec un sein avant d'offrir l'autre. Le changement d'un sein à l'autre empêche le bébé d'obtenir le « lait de fin de tétée » nutritif. Le « lait de début de tétée » contient plus d'eau et étanche la soif du nourrisson; le « lait de fin de tétée » contient plus de graisse et assouvit la faim du nourrisson.
- Si votre bébé est malade ou somnolent, le/la réveiller souvent pour lui offrir le sein.
- NE PAS utiliser de biberons, de tétines ou de tasses à bec. Ils sont difficiles à nettoyer et peuvent rendre votre bébé malade.

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

- Si une mère est préoccupée par le fait que son bébé ne prend pas assez de lait, encourager la mère et lui redonner confiance en répétant comment attacher et positionner le bébé par rapport à son sein.
- La rassurer sur le fait que son bébé reçoit suffisamment de lait quand son bébé :
 - N'est pas visiblement maigre (ou devient plus gros /gagne du poids, s'il ou elle était maigre antérieurement)
 - Est réceptif et actif (de façon appropriée pour son âge)
 - Gagne du poids - se référer au carnet de santé du bébé (ou à la courbe de croissance si disponible). Si vous n'êtes pas sûr que le gain de poids est adéquat, référer l'enfant à l'établissement de santé le plus proche.
 - Quand le bébé passe l'urine de couleur claire 6 fois par jour ou plus quand il est allaité au sein exclusivement

Positions pour l'allaitement maternel

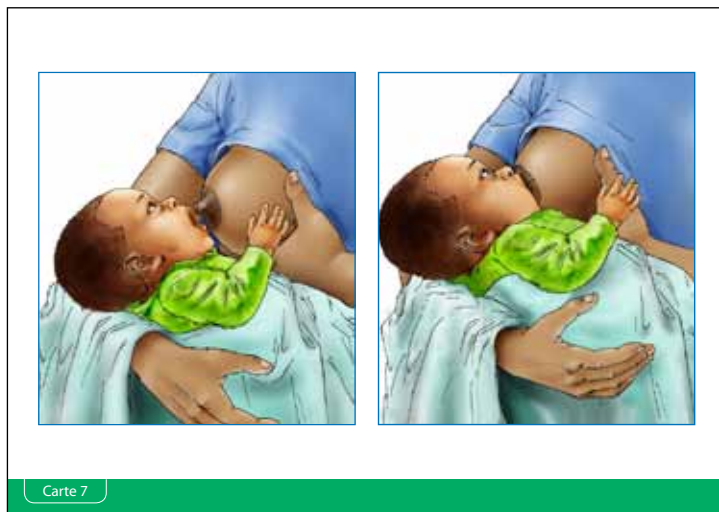


- Le bon positionnement aide à vous assurer que votre bébé tète bien et vous aide à augmenter votre production de lait maternel.
- Les quatre points clés concernant la position de votre bébé sont : droit, face au sein proche, et soutenu:
 - Le corps du bébé doit être droit, non vouté ou plié, mais avec la tête légèrement en arrière
 - Le corps du bébé doit être en face du sein et ne doit pas être tenu à plat sur votre poitrine ou abdomen et il ou elle doit être capable de regarder votre visage.
 - Le bébé doit être proche de vous
 - Vous devez soutenir tout le corps du bébé, pas seulement le cou et les épaules, avec votre main et votre avant-bras.
- Il y a différentes manières de positionner votre bébé:
 - Position de la berceuse (la plus utilisée généralement)
 - Position de la berceuse modifiée (bonne pour les petits bébés)
 - Position allongée sur le côté (utilisée pour se reposer en allaitant et durant la nuit)
 - Position sous les aisselles (utilisée après une césarienne, si vos mamelons sont douloureux ou si vous allaitez au sein des jumeaux ou un petit bébé)

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

Si un bébé plus âgé est bien attaché et tète bien, il n'y a aucune nécessité de changer de position.

Bonne prise

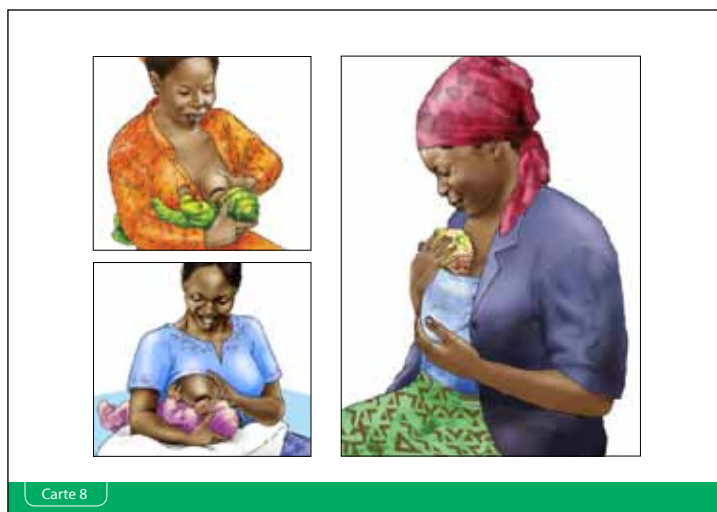


- La bonne prise du sein aide à vous assurer que votre bébé tète bien et aide à augmenter votre production de lait maternel.
- La bonne prise aide à prévenir les douleurs et les crevasses des mamelons.
- L'allaitement maternel ne devrait pas être douloureux.
- Obtenir de l'aide pour améliorer la prise du sein si vous éprouvez une douleur.
- Il y a 4 signes de bonne prise:
 1. La bouche du bébé est grande ouverte
 2. Vous pouvez voir plus de peau plus foncée (aréole) au-dessus de la bouche du bébé qu'en-dessous.
 3. La lèvre inférieure du bébé est tournée vers l'extérieur
 4. Le menton du bébé touche le sein de la mère.

Les 5 signes de succion efficace sont:

1. Le bébé suce lentement et profondément, parfois fait une pause.
 2. Vous pouvez être en mesure de voir ou d'entendre votre bébé avaler après un ou deux mouvements de succion.
 3. La succion est confortable et sans douleur pour vous.
 4. Votre bébé termine la tétée, libère le sein et semble satisfait et détendu.
 5. Le sein est plus souple après la tétée.
- La succion efficace vous aide à produire du lait et à satisfaire votre bébé.
 - Après que votre bébé ait libéré un sein offrir l'autre sein. Cela permettra de vous assurer que votre bébé stimule votre production de lait dans les deux seins, et obtient également le lait le plus nutritif et le plus satisfaisant.

Alimentation d'un bébé de faible poids à la naissance

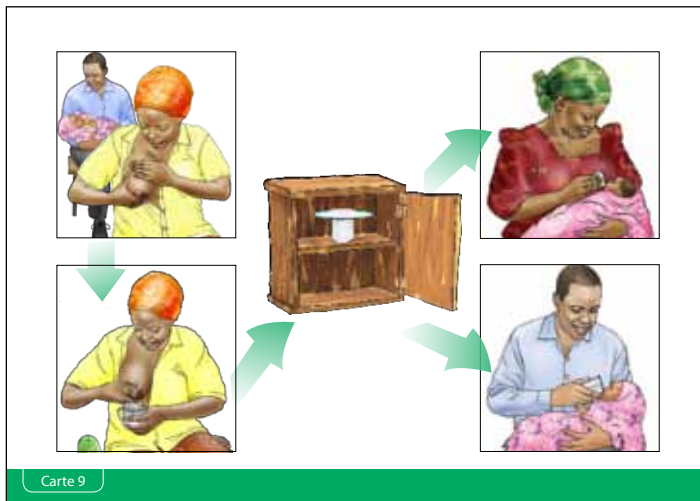


- Le lait maternel est particulièrement adapté aux besoins nutritionnels des bébés de faible poids de naissance.
- Le meilleur lait pour un bébé de faible poids de naissance, y compris des bébés nés prématurément est le lait maternel de la mère du bébé.
- La position de la berceuse modifiée ou celle sous les aisselles sont de bonnes positions pour alimenter un bébé de faible poids à la naissance.
- Allaiter au sein fréquemment pour permettre au bébé de s'habituer au sein et pour favoriser l'écoulement du lait.
- Des tétées longues et lentes sont bonnes. Il est important de garder le bébé au sein.
- Si le bébé dort pendant de longues périodes de temps, vous pourriez avoir besoin de le/la découvrir ou enlever certains de ses vêtements pour aider à le ou la réveiller pour le nourrir.
- Allaiter le bébé avant qu'il ou elle se mette à pleurer.
- Des signes avant-coureurs de faim comprennent une COMBINAISON de ce qui suit: être vigilant et agitée, ouvrir et fermer la bouche et tourner la tête, tirer et rentrer la langue, sucer les mains ou les poings.

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

- L'allaitement direct d'un bébé très petit peut ne pas être possible pendant plusieurs semaines. Les mères devraient être enseignées et encouragées à exprimer le lait maternel et à alimenter le nourrisson à l'aide d'une tasse.
- La méthode kangourou permet un contact peau contre peau et procure de la chaleur et la proximité aux seins de la mère.
- La méthode kangourou encourage l'allaitement maternel précoce et exclusif, soit par l'alimentation directe ou l'utilisation du lait maternel exprimé donné avec une tasse.
- Les différentes gardiennes d'enfant peuvent également partager la garde de l'enfant en utilisant la même position que la méthode de kangourou.

Comment exprimer manuellement le lait maternel et nourrir à l'aide d'une tasse



- S'assurer que les mains et utensiles sont propres.
- Se laver les mains avec du savon et l'eau propre.
- Nettoyer et faire bouillir le récipient que vous emploierez pour recueillir le lait maternel.
- Se mettre à l'aise.
- Il est parfois utile de frotter doucement vos seins. Un tissu chaud peut aider à stimuler l'écoulement du lait.
- Placer le pouce sur le sein au-dessus de la zone foncée autour du mamelon (aréole) et les autres doigts en dessous du sein derrière l'aréole.
 - Avec votre pouce et les 2 premiers doigts presser un peu vers la paroi du thorax puis presser doucement vers la zone foncée (aréole).
 - Le lait peut commencer à couler en goutte à goutte, ou parfois en fins jets. Recueillir le lait dans le récipient propre.
 - Éviter de frotter la peau, cela peut causer des contusions, ou de pincer le mamelon, ce qui arrête l'écoulement du lait.
 - Alternier les positions du pouce et de l'index et presser/compresser et relâcher tout autour de l'aréole.
- Exprimer le lait d'un sein pendant au moins 3 à 5 min jusqu'à ce que le débit ralentisse, puis exprimer le lait de l'autre sein, puis répéter les deux côtés à nouveau (20 à 30 min au total).
- Stocker le lait maternel dans un récipient propre et couvert. Le lait peut être stocké pendant 6 à 8 heures dans un endroit frais et jusqu'à 72 heures au fond du réfrigérateur.
- Donner le lait maternel exprimé au bébé dans une tasse. Amener la tasse vers la lèvre inférieure du bébé et permettre au bébé de prendre des petites quantités de lait, en léchant le lait avec sa langue. Ne pas verser le lait dans la bouche du bébé.
- Verser uniquement la quantité de lait maternel du récipient propre et couvert dans la tasse d'alimentation.
- Les biberons sont dangereux à utiliser car ils sont difficiles à laver et peuvent être facilement contaminés.

Quand vous êtes séparée de votre bébé

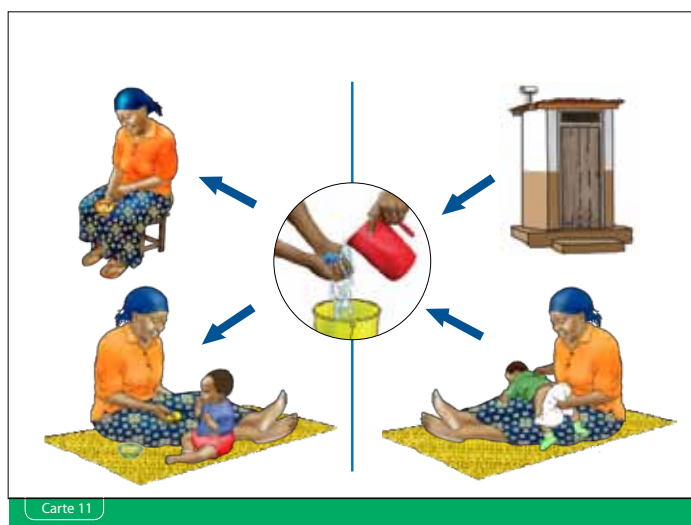


- Apprendre à exprimer votre lait peu après la naissance de votre bébé. (CC 9)
- Allaiter exclusivement et fréquemment à chaque fois que vous êtes avec votre bébé.
- Exprimer et stocker le lait maternel avant de quitter votre maison de sorte que la gardienne du bébé puisse le nourrir durant votre absence.
- Exprimer le lait maternel lorsque vous êtes loin de votre bébé. Cela permettra de conserver l'écoulement du lait et préviendra l'engorgement des seins.
- Montrer à la gardienne de votre bébé comment utiliser une tasse propre ouverte pour nourrir votre bébé quand que vous n'êtes pas là.
- Le lait maternel exprimé (stocké dans un endroit frais et couvert) se conserve pendant 8 heures, même dans un climat chaud.
- Prendre du temps supplémentaire pour les tétées avant la séparation du bébé et quand vous retournez à la maison.
- Augmenter le nombre de tétées lorsque que vous êtes avec le bébé. Cela signifie l'augmentation du nombre de tétées pendant la nuit et en fin de semaine.
- Si possible, amener le bébé avec vous sur votre lieu de travail (ou lorsque vous devez sortir de la maison pour plusieurs heures). Si ce n'est pas possible, envisager d'avoir quelqu'un pour vous amener le bébé afin de l'allaiter quand vous avez une pause.
- Obtenir un appui supplémentaire des membres de la famille pour prendre soin de votre bébé et pour faire les travaux domestiques.

Notes à l'intention d'une mère qui a un emploi formel:

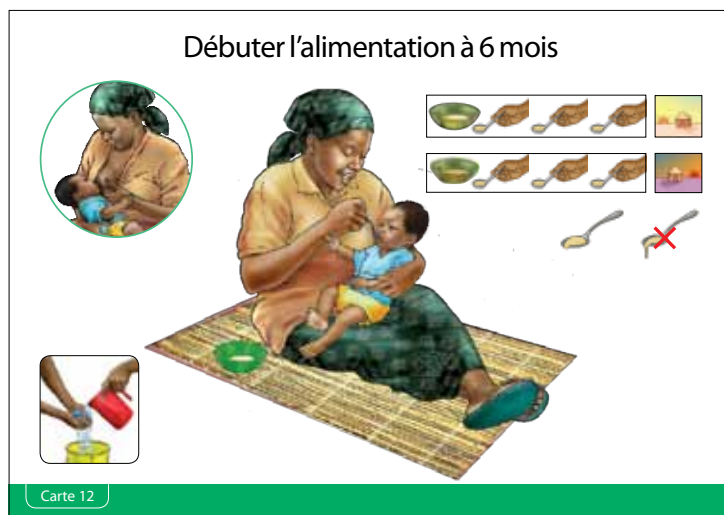
- Obtenir le consentement de votre employeur pour:
 - Des pauses d'allaitement sur votre lieu de travail et des horaires flexibles
 - Un lieu pour le stockage du lait maternel exprimé sur votre lieu de travail

Les bonnes pratiques d'hygiène (propreté) préviennent les maladies



- L'hygiène (propreté) est importante pour prévenir la diarrhée et d'autres maladies.
- Se laver les mains avec de l'eau et du savon avant de préparer la nourriture et d'alimenter le bébé.
- Laver vos mains et les mains de votre bébé avant les repas.
- Se laver les mains avec de l'eau et du savon et après utilisation des toilettes, et après avoir lavé ou nettoyé les fesses du bébé.
- Alimenter votre bébé avec des mains propres et en utilisant des ustensiles et des tasses propres.
- Utiliser une cuillère ou une tasse propre pour donner des aliments ou des liquides à votre bébé.
- Ne pas utiliser de biberons, de tétines ou de tasses à bec puisqu'ils sont difficiles à nettoyer et peuvent rendre votre bébé malade.
- Stocker les aliments à donner à votre bébé dans un endroit propre et sûr.

Débuter l'alimentation complémentaire quand le bébé atteint 6 mois



- A partir de 6 mois environ, votre bébé a besoin d'autres aliments en plus du lait maternel.
- Continuer d'allaiter votre bébé à la demande jour et nuit.
- Le lait maternel continue d'être la plus importante source d'alimentation de votre bébé.
- Allaiter d'abord avant de donner d'autres aliments.
- Quand vous donnez des aliments complémentaires, penser à : la fréquence, la quantité, l'épaisseur, la variété, l'alimentation active/adaptée aux besoins et l'hygiène
 - La fréquence: Donner des aliments complémentaires 2 fois par jour à votre bébé
 - La quantité: Donner 2 à 3 cuillères à soupe (pour le goût) à chaque repas.
 - L'épaisseur: devrait être assez épais pour que le bébé puisse être alimenté à la main
 - La variété: Commencer par les aliments de base comme la bouillie (maïs, blé, riz, mil, pommes de terre, sorgho), purée de banane ou purée de pomme de terre
 - Alimentation active/adaptée aux besoins:
 - Le bébé peut avoir besoin de temps pour s'habituer à manger des aliments autres que le lait maternel.
 - Être patient et encourager activement votre bébé à manger.
 - Ne pas forcer votre bébé à manger.
 - Utiliser un plat séparé pour alimenter le bébé pour s'assurer qu'il ou elle mange toute la nourriture donnée.
 - Hygiène: Les bonnes pratiques d'hygiène (propreté) sont importantes pour prévenir la diarrhée et d'autres maladies. (CC 11)
 - Utiliser une cuillère ou une tasse propre pour donner des aliments ou des liquides à votre bébé.
 - Stocker les aliments à donner à votre bébé dans un endroit hygiéniquement sûr.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon avant de préparer la nourriture et d'alimenter le bébé.
 - Se laver les mains et les mains de votre bébé avant de le nourrir.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon après utilisation des toilettes et après avoir lavé ou nettoyé les fesses du bébé.

Notes sur le volume des tasses:

- Toutes les tasses montrées et auxquelles on a fait référence dans les cartes de counseling sont des gobelets qui ont un volume de 250 ml. Si d'autres types de tasses ou des tasses de volume différent sont utilisées pour nourrir le bébé elles devront être examinées pour estimer leur volume et les quantités recommandées d'aliments ou de liquides devront être ajustées à la taille de la tasse ou gobelet local.

Notes: Après 6 mois, vous ne pouvez plus utiliser la MAMA.

- Vous aurez besoin d'une autre méthode de planification familiale même si vos menstruations ne sont pas encore revenues.
- Il existe de nombreuses méthodes de planification familiale qui n'interféreront pas avec l'allaitement.

Alimentation complémentaire de 6 à 9 mois



- Continuer d'allaiter votre bébé à la demande le jour et la nuit. Cela maintiendra sa santé et sa force étant donné que le lait maternel constitue toujours la part la plus importante de l'alimentation de votre bébé.
- Le lait maternel fournit la moitié (1/2) des besoins énergétiques du bébé de 6 à 12 mois.
- Allaiter d'abord avant de donner d'autres aliments.
- Quand vous donnez les aliments complémentaires à votre bébé, penser à: la fréquence, la quantité, l'épaisseur, l'alimentation active/ adaptée aux besoins, la variété, et l'hygiène
 - La fréquence: Donner des aliments complémentaires à votre bébé 3 fois par jour
 - La quantité: Augmenter la quantité graduellement à une demi (½) tasse (tasse de 250 ml : montrer la quantité dans la tasse apportée par la mère). Utiliser un plat séparé pour s'assurer que le jeune enfant mange toute la nourriture donnée
 - L'épaisseur: Donner des aliments familiaux écrasés/ réduits en purée. A 8 mois votre bébé peut commencer à manger des amuse-gueules.
 - La variété: Essayer de donner une variété d'aliments à chaque repas. Par exemple : aliments d'origine animale (chair animale, œufs et produits laitiers) 1 étoile* ; aliments de base (céréales, racines et tubercules) 2 étoiles** ; Légumineuses et graines 3 étoiles*** ; les fruits et les légumes riches en vitamine A et tous les autres fruits et légumes 4 étoiles**** (CC 16).

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

- Des aliments peuvent être ajoutés dans un ordre différent pour créer un régime alimentaire 4 étoiles.
 - Les aliments d'origine animale sont très importants. Commencer les aliments d'origine animale aussi rapidement et aussi souvent que possible. Bien cuire et hacher finement.
 - Les nourrissons peuvent manger des œufs, de la viande et du poisson bien-cuits et finement hachés même si ils n'ont pas de dents.
 - Les casse-croûtes supplémentaires (nourriture supplémentaire entre les repas) comme des fruits ou du pain avec du beurre de cacahuètes) peut être offert une ou deux fois par jour.
 - Si vous préparez de la nourriture pour le bébé contenant de l'huile ou de la graisse, n'en

utiliser pas plus que la moitié d'une cuillerée à café par jour.

- Utiliser le sel iodé
- Chaque semaine vous pouvez ajouter un nouvel aliment au régime alimentaire de l'enfant
- Eviter de donner des boissons sucrées
- Eviter les biscuits sucrés

- Alimentation active/ adaptée aux besoins
 - Être patient et encourager activement votre bébé à manger.
 - Ne pas forcer votre bébé à manger.
 - Utiliser un plat séparé pour nourrir le bébé pour s'assurer qu'il ou elle mange toute la nourriture donnée
- Hygiène : Les bonnes pratiques d'hygiène (propreté) sont importantes pour prévenir la diarrhée et d'autres maladies. (CC 11)
 - Utiliser une cuillère ou une tasse propre pour donner des aliments ou des liquides à votre bébé.
 - Stocker les aliments à donner à votre bébé dans un endroit hygiéniquement sûr.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon avant de préparer la nourriture et d'alimenter le bébé.
 - Se laver les mains ainsi que celles du bébé avant de le nourrir.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon après utilisation des toilettes et après avoir lavé ou nettoyé les fesses du bébé.

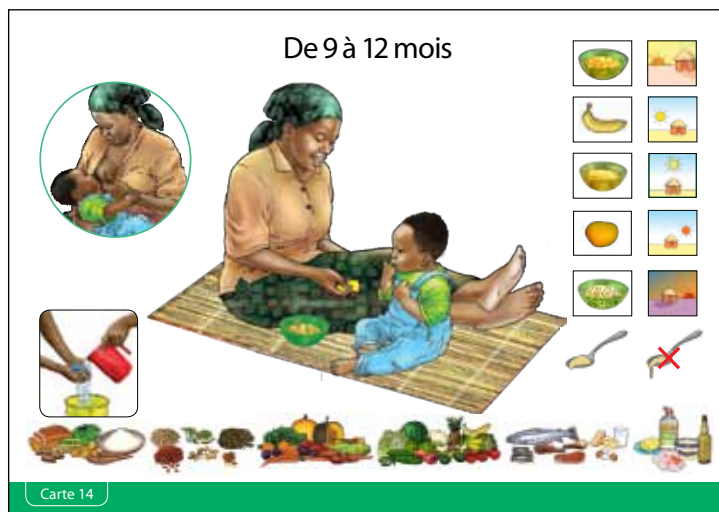
Notes sur le volume des tasses:

- Toutes les tasses montrées et auxquelles on a fait référence dans les cartes de counseling sont des gobelets qui ont un volume de 250 ml. Si d'autres types de tasses ou des tasses de volume différent sont utilisées pour nourrir un bébé, elles devraient être examinées pour estimer leur volume et les quantités recommandées d'aliments ou de liquides devraient être ajustées à la taille de la tasse ou gobelet local.

Notes: Après 6 mois, vous ne pouvez plus utiliser la MAMA.

- Vous aurez besoin d'une autre méthode de planification familiale même si vos menstruations ne sont pas encore revenues.
- Il existe de nombreuses méthodes de planification familiale qui n'interféreront pas avec l'allaitement.

Alimentation complémentaire de 9 à 12 mois



- Continuer d'allaiter votre bébé à la demande le jour et la nuit. Cela maintiendra sa santé et sa force étant donné que le lait maternel constitue toujours la part la plus importante de l'alimentation de votre bébé.
- Le lait maternel fournit la moitié (1/2) des besoins énergétiques d'un bébé de 6 à 12 mois.
- Allaiter d'abord avant de donner d'autres aliments.
- Quand vous donnez des aliments complémentaires à votre bébé, penser à : la fréquence, la quantité, l'épaisseur, l'alimentation active/ adaptée aux besoins, la variété, et l'hygiène
 - La fréquence : Donner des aliments complémentaires à votre bébé 4 fois par jour.
 - La quantité : Augmenter la quantité graduellement à une demi (½) tasse (tasse de 250 ml : montrer la quantité dans la tasse apportée par la mère). Utiliser un plat séparé pour s'assurer que le jeune enfant mange toute la nourriture donnée.
 - L'épaisseur : Donner les aliments familiaux coupés en petits morceaux, des amuses gueules, et des aliments coupés en tranches.
 - La variété : Essayer d'intégrer une variété d'aliments à chaque repas. Par exemple : aliments d'origine animale (chair animale, œufs et produits laitiers) 1 étoile* ; aliments de base (les céréales, racines et tubercules) 2 étoiles** ; les légumineuses et les graines 3 étoiles*** ; les fruits et les légumes riches en vitamine A et tous les autres fruits et légumes 4 étoiles**** (CC 16)

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

Des aliments peuvent être ajoutés dans un ordre différent pour créer un régime alimentaire 4 étoiles.

- Les aliments d'origine animale sont très importants. Commencer les aliments d'origine animale aussi rapidement et aussi souvent que possible. Bien cuire et hacher finement
- Les casse-croûtes nutritifs additionnels (nourriture supplémentaire entre les repas) comme des morceaux de mangue mûre, papaye, banane, avocat, autres fruits et légumes, pomme de terre bouillie, patate douce, pain frais et frit peuvent être offerts une ou deux fois par jour.
- Utiliser le sel iodé; éviter de donner des boissons sucrées et les biscuits sucrés.

- Alimentation active/ adaptée aux besoins
 - Être patient et encourager activement votre bébé à manger.
 - Ne pas forcer votre bébé à manger.
 - Utiliser un plat séparé pour alimenter le bébé pour s'assurer qu'il ou elle mange toute la nourriture donnée
- Hygiène : Les bonnes pratiques d'hygiène (propreté) sont importantes pour prévenir la diarrhée et d'autres maladies. (CC 11)
 - Utiliser une cuillère ou une tasse propre pour donner des aliments ou des liquides à votre bébé.
 - Stocker les aliments à donner à votre bébé dans un endroit hygiéniquement sûr.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon avant de préparer la nourriture et d'alimenter le bébé.
 - Se laver les mains ainsi que celles du bébé avant de le nourrir.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon après utilisation des toilettes et après avoir lavé ou nettoyé les fesses du bébé

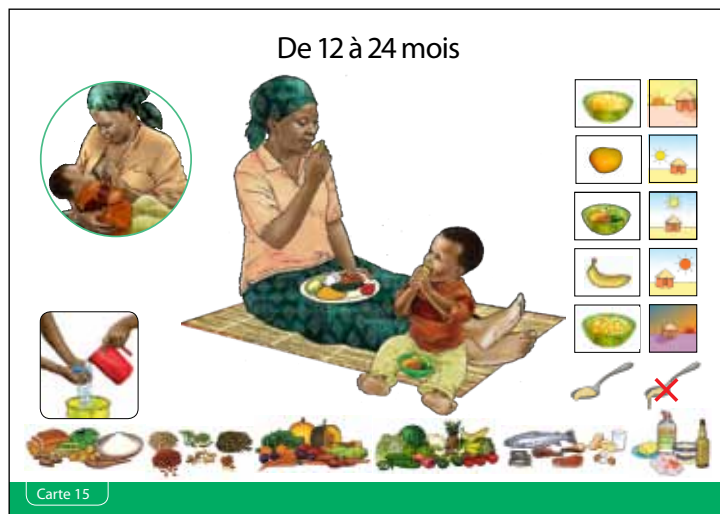
Notes sur le volume des tasses :

- Toutes les tasses montrées et auxquelles on a fait référence dans les cartes de counseling sont des gobelets qui ont un volume de 250 ml. Si d'autres types de tasses ou des tasses de volume différent sont utilisées pour nourrir le bébé, elles devraient être examinées pour estimer leur volume et les quantités recommandées d'aliments ou de liquides devraient être ajustées à la taille de la tasse ou gobelet local.

Note : Après 6 mois, vous ne pouvez plus utiliser la MAMA.

- Vous aurez besoin d'une autre méthode de planification familiale même si vos menstruations ne sont pas encore revenues.
- Il existe de nombreuses méthodes de planification familiale qui n'interféreront pas avec l'allaitement.

Alimentation complémentaire de 12 à 24 mois



- Continuer d'allaiter votre bébé à la demande le jour et la nuit. Cela maintiendra sa santé et sa force étant donné que le lait maternel constitue toujours la part la plus importante du régime alimentaire de votre bébé.
- Le lait maternel continue à composer environ un tiers (1/3) des besoins énergétiques du nourrisson de 12 à 24 mois.
- Pour aider votre bébé à continuer à bien grandir et allaiter, vous devriez utiliser une méthode de planification familiale pour empêcher une autre grossesse
- Quand vous donnez les aliments complémentaires à votre bébé, penser à: la fréquence, la quantité, l'alimentation active/ adaptée aux besoins, l'épaisseur, la variété, et l'hygiène
 - La fréquence: Donner à votre nourrisson des aliments complémentaires 5 fois par jour.
 - La quantité: Augmenter la quantité à trois quarts ($\frac{3}{4}$) à 1 tasse (tasse de 250 ml : quelle quantité dans la tasse apportée par la mère). Utiliser un plat séparé pour s'assurer que le nourrisson mange toute la nourriture donnée.
 - L'épaisseur: Donner les aliments familiaux coupés en petits morceaux, des amuses gueules, et des aliments coupés en tranches
 - La variété: Essayer d'intégrer une variété d'aliments à chaque repas. Par exemple : aliments d'origine animale (chair animale, œufs et produits laitiers) 1 étoile * ; les aliments de base (les céréales, racines et tubercules) 2 étoiles ** ; les légumineuses et les graines 3 *** étoiles ; les fruits et légumes riches en vitamine A et tous les autres fruits et légumes 4 étoiles (CC 16)

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

- Des aliments peuvent être ajoutés dans un ordre différent pour créer un régime alimentaire 4 étoiles.
- Les aliments d'origine animale sont très importants. Commencer les aliments d'origine animale aussi rapidement et aussi souvent que possible. Bien cuire et hacher finement.
- Les casse-croûtes nutritifs additionnels (nourriture supplémentaire entre les repas) comme des morceaux de mangue mûre, papaye, banane, avocat, autres fruits et légumes, pomme de terre bouillie, patate douce, pain frais et frit peuvent être offerts une ou deux fois par jour.
- Utiliser le sel iodé; éviter de donner des boissons sucrées et les biscuits sucrés.

- Alimentation active/ adaptée aux besoins
 - Être patient et encourager activement votre bébé à manger.
 - Ne pas forcer votre bébé à manger.
 - Utiliser un plat séparé pour alimenter le bébé pour s'assurer qu'il ou elle mange toute la nourriture donnée
- Hygiène : Les bonnes pratiques d'hygiène (propreté) sont importantes pour prévenir la diarrhée et d'autres maladies. (CC 11)
 - Utiliser une cuillère ou une tasse propre pour donner des aliments ou des liquides à votre bébé.
 - Stocker les aliments à donner à votre bébé dans un endroit hygiéniquement sûr.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon avant de préparer la nourriture et alimenter le bébé.
 - Se laver les mains ainsi que celles de votre bébé avant de l'alimenter.
 - Se laver les mains avec de l'eau et du savon après utilisation des toilettes et après avoir lavé ou nettoyé les fesses du bébé

Notes sur le volume des tasses:

- Toutes les tasses montrées et auxquelles on a fait référence dans les cartes de counseling sont des gobelets qui ont un volume de 250 ml. Si d'autres types de tasses ou des tasses de volume différent sont utilisées pour nourrir le bébé, elles devraient être examinées pour estimer leur volume et les quantités recommandées d'aliments ou de liquides devraient être ajustées à la taille de la tasse ou gobelet local.

Variété des aliments

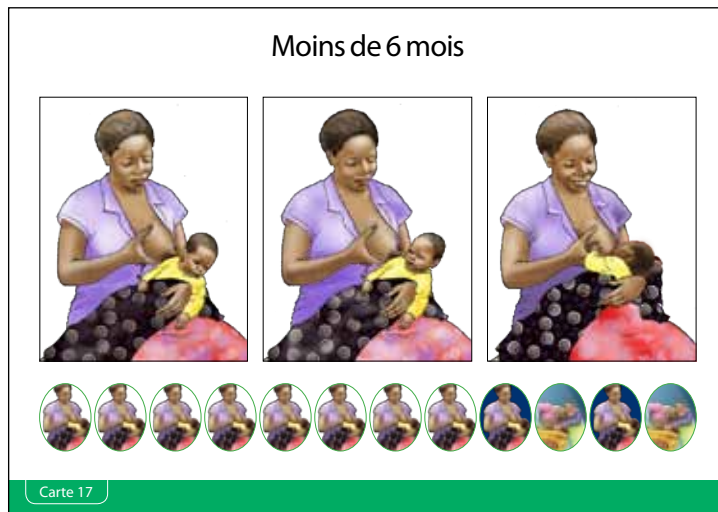


- Continuer d'allaiter au sein (pendant au moins 2 ans) et diversifier les aliments de votre jeune enfant à chaque repas. Par exemple :
 - Aliments d'origine animale (viande, poulet, poissons, foie), et œufs, lait et produits laitiers 1 étoile*
 - Aliments de base (maïs, blé, riz, mil et sorgho) ; racines et tubercules (manioc, pommes de terre) 2 étoiles **
 - Légumineuses (haricots, lentilles, pois, arachides) et graines (sésame) 3 étoiles***
 - Fruits et légumes riches en vitamine A (mangue, papaye, fruit de la passion, oranges, feuilles vert-forcé, carottes, patate douce jaune et potiron), et autres fruits et légumes (banane, ananas, pastèque, tomates, avocat, aubergine et chou) 4 étoiles ****

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

- Les aliments peuvent être ajoutés dans un ordre différent pour créer un régime alimentaire 4 étoiles.
- Introduire les aliments d'origine animale le plus tôt possible dans le régime des bébés et des jeunes enfants et leur donner aussi souvent que possible. Bien cuire et hacher finement.
- Les casse-croûtes nutritifs additionnels (un supplément de nourriture entre les repas) comme des morceaux de mangue mûre, de papaye, de banane, d'avocat, d'autres fruits et légumes, de patates bouillies, de patate douce et du pain frais et frit peuvent être offerts une fois ou deux fois par jour

Alimentation du bébé malade de moins de 6 mois



- Allaiter plus fréquemment pendant la maladie, y compris la diarrhée, pour aider le bébé à lutter contre la maladie, réduire la perte de poids et récupérer plus rapidement.
- L'allaitement maternel fournit également un confort à votre bébé malade. Si votre bébé refuse de prendre le sein, encouragez le/la jusqu'à ce qu'il ou elle prenne le sein à nouveau.
- Donner seulement le lait maternel et les médicaments recommandés par votre médecin ou prestataire de soins de santé.
- Si le bébé est trop faible pour sucer, exprimer le lait pour le lui donner. Cela vous aidera à maintenir votre production de lait et prévenir les problèmes mammaires.
- Après chaque maladie, augmenter la fréquence des tétées pour aider votre bébé à regagner la santé et du poids.
- Quand vous êtes malade, vous pouvez continuer à allaiter votre bébé. Vous pouvez avoir besoin de nourriture et d'appui supplémentaires durant ce temps.

Alimentation de l'enfant malade de plus de 6 mois



- Allaiter au sein plus fréquemment pendant la maladie, y compris la diarrhée, pour aider le bébé à lutter contre la maladie, réduire la perte de poids et récupérer plus rapidement.
- Votre bébé a besoin de plus de nourriture et de liquides pendant qu'il ou elle est malade.
- Si l'appétit de votre enfant diminue, l'encourager à manger de petits repas fréquemment. Donner au bébé des aliments simples comme la bouillie et éviter les aliments épicés ou gras. Même si l'enfant a la diarrhée, c'est mieux qu'il continue à manger.
- Lorsque votre bébé aura récupéré, l'encourager activement à manger un repas additionnel d'aliment solide chaque jour pendant les deux semaines suivantes. Ceci aidera votre enfant à regagner le poids qu'il ou elle aura perdu.
- Quand vous êtes malade, vous pouvez continuer à allaiter votre bébé. Vous pouvez avoir besoin de nourriture et d'appui supplémentaires durant ce temps. Quand vous êtes malade, vous aurez besoin également de beaucoup de liquides.

Suivi- Promotion régulier de la croissance



- Participer régulièrement à des séances de Suivi-Promotion de la Croissance (SPC) pour vous assurer que votre bébé se développe bien.
- Emmener votre bébé à une séance de Suivi-Promotion de la Croissance chaque mois pendant la première année.
- Un enfant en bonne santé qui se développe bien doit prendre du poids chaque mois. Si votre enfant ne gagne pas de poids ou perd du poids, il y a un problème.
- La participation à des séances de Suivi- Promotion de la Croissance peut aider à identifier les problèmes nutritionnels que votre enfant peut avoir, comme la maigreur ou l'inflammation sévère. Les problèmes nutritionnels peuvent nécessiter un traitement d'urgence avec les aliments (thérapeutiques) spéciaux.
- La mesure du tour de bras d'un enfant de plus de 6 mois (PB) identifie également la maigreur sévère.
- Au cours des séances de Suivi-Promotion de la Croissance, vous pouvez poser des questions sur la croissance, la santé et la nutrition de votre enfant.
- Il est important d'adresser la faible croissance et d'autres signes d'une mauvaise nutrition rapidement, dès qu'ils sont identifiés. Si le problème est sévère, vous devez immédiatement emmener votre enfant à l'établissement de santé le plus proche.
- Quand vous allez au centre de santé pour le suivi de la croissance, renseignez-vous également sur la planification familiale.
- Vous devez également vous renseigner sur le calendrier de vaccination de votre bébé. Les vaccins protègent les bébés contre plusieurs maladies.

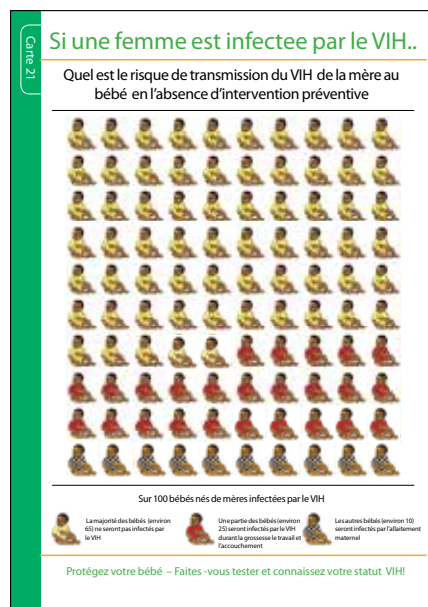
La planification familiale optimale favorise la santé et la survie de la mère et l'enfant



- La planification et l'espacement idéal des grossesses pour la santé signifient qu'il faut attendre au moins 2 à 3 ans avant de tomber enceinte à nouveau.
- L'espacement de vos enfants vous laisse:
 - Plus de temps pour allaiter et prendre soin de chaque enfant.
 - Plus de temps pour que votre corps récupère entre les grossesses.
 - Plus d'argent parce que vous avez moins d'enfants, et donc moins de dépenses pour l'école, vêtements, aliments, etc.
- L'allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois permet d'espacer les naissances d'une manière saine pour vous et votre bébé.
- En allaitant exclusivement votre bébé pendant les 6 premiers mois vous pouvez prévenir la grossesse SEULEMENT si:
 - Vous alimentez le bébé avec uniquement du lait maternel.
 - Votre cycle menstruel n'a pas recommencé
 - Votre bébé a moins de 6 mois
- Cette méthode de planification familiale est appelée Méthode d'Allaitement Maternel et Aménorrhée ou MAMA:
M = Méthode A = Allaitement M = Maternel A=Aménorrhée
- Si l'une de ces conditions change, vous pouvez à nouveau tomber enceinte.
- Il est important de vous renseigner sur les méthodes modernes de planification familiale disponibles à la clinique la plus proche, et aussi comment les utiliser.

Si une femme est infectée par le VIH.....

Quel est le risque de transmission du VIH au bébé quand aucune mesure préventive n'est prise?



- Une femme infectée par le VIH peut transmettre le VIH à son bébé pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement.
- Cependant, tous les bébés nés de femmes séropositives ne deviennent pas infectés par le VIH
- Si AUCUNE mesure préventive n'est prise pour prévenir ou réduire la transmission du VIH, sur 100 femmes infectées par le VIH qui tombent enceintes, accouchent, et allaitent pendant deux années, environ 35 transmettront le VIH à leurs bébés :
 - 25 bébés peuvent être infectés par le VIH pendant la grossesse et l'accouchement.
 - 10 bébés peuvent être infectés par le VIH pendant l'allaitement, si les mères allaitent leurs bébés pendant 2 années

Les 65 autres femmes ne transmettront pas le VIH à leurs bébés.

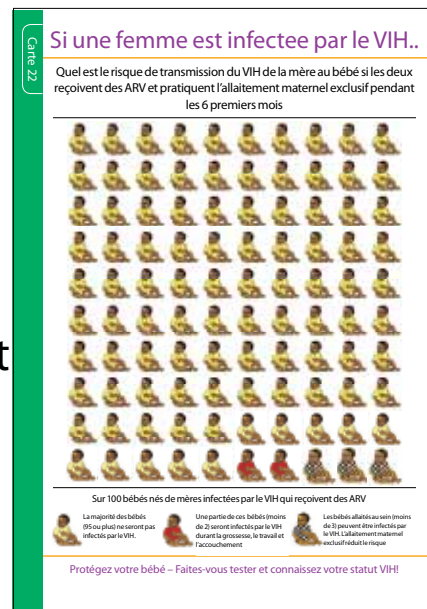
- Toutes les femmes vivant avec le VIH devraient prévenir une nouvelle infection par le VIH en ayant des rapports sexuels protégés. Ceci signifie l'utilisation de préservatifs pendant la grossesse et pendant l'allaitement.
- Toutes les mères allaitantes infectées par le VIH devraient immédiatement chercher de l'aide ou un traitement à l'établissement de santé le plus proche pour toute infection ou problèmes mammaires.

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

Utilisez cette carte si la mère pose des questions sur les risques de l'allaitement maternel.

Si une femme est infectée par le VIH.....

Quel est le risque de transmission du VIH au bébé si les deux prennent des ARV et la femme pratique l'allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois?



- Une femme infectée par le VIH devrait recevoir des médicaments spécifiques (appelés médicaments antirétroviraux ou ARV) pour diminuer le risque de transmission du VIH au bébé pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement.
- Un bébé né d'une femme qui est infectée par le VIH doit également recevoir des médicaments spécifiques (ARV) pour diminuer le risque de transmission du VIH au cours de la période d'allaitement.
- Pendant toute la durée de l'allaitement maternel, les antirétroviraux sont fortement recommandés pour la mère infectée par le VIH ou son nourrisson exposé au VIH.
- Si une mère infectée par le VIH pratique l'allaitement maternel exclusif pendant les six premiers mois et la mère ou le bébé prend des ARV tout au long de la période d'allaitement, le risque d'infection diminue considérablement.
- Si ces mesures préventives sont prises, sur 100 femmes infectées par le VIH qui tombent enceintes, accouchent, et allaitent pendant au moins un an, moins de 5 d'entre elles transmettront le VIH à leurs bébés:
 - 2 bébés peuvent être infectés par le VIH pendant la grossesse et l'accouchement.
 - 3 bébés peuvent être infectés par le VIH à travers l'allaitement maternel.

Plus de 95 de ces femmes ne transmettront pas le VIH à leurs bébés.

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

Utilisez cette carte si la mère pose des questions sur les risques de l'allaitement maternel.

Allaier exclusivement et prendre des ARV



- Les recommandations sur l'alimentation du nourrisson sont données à la mère au centre de santé.
- L'allaitement maternel exclusif (donner UNIQUEMENT du lait maternel) pendant les 6 premiers mois ainsi que les médicaments spécifiques (ARV) pour la mère ou le bébé réduit considérablement le risque de transmission du VIH de la mère à son bébé.
- Quand une mère infectée par le VIH allaite au sein exclusivement, son bébé bénéficie de tous les avantages de l'allaitement maternel incluant la protection contre la diarrhée et d'autres maladies.
- Utiliser les cartes de counseling sur l'allaitement maternel exclusif et augmenter votre production de lait maternel (Carte de counseling 3 à 7).
- Encourager la mère à nourrir son bébé :
- Suivre les pratiques d'allaitement maternel recommandées.
- Il est très important d'éviter l'alimentation mixte.
- Identifier les problèmes mammaires de la mère infectée par le VIH et la référer pour traitement.
- Les bébés exposés au VIH devraient être testés pour le VIH quand ils ont environ 6 semaines.
- Tous les bébés testés positifs à 6 semaines devraient être allaités exclusivement jusqu'à 6 mois, même en l'absence d'ARV, l'allaitement maternel devrait être poursuivi jusqu'à deux ans ou plus. Des aliments complémentaires devraient être introduits à 6 mois, comme recommandé.
- Tous les bébés allaités, testés négatifs à 6 semaines devraient être allaités exclusivement jusqu'à 6 mois, même en l'absence d'ARV, et l'allaitement devrait être poursuivi jusqu'à 12 mois. Des aliments complémentaires devraient être introduits à 6 mois, comme recommandé. Après 12 mois, l'allaitement devrait s'arrêter seulement si un régime nutritionnellement adapté et sûr sans lait maternel peut être garantie.

Notes à l'intention de l'agent communautaire:

- Quand la mère reçoit le traitement à vie et allaite, son bébé devrait recevoir une prophylaxie hebdomadaire à base de Névirapine de la naissance à 6 semaines.
- Avec un type d'ARV (dépendant de la politique nationale) la mère prend ces médicaments jusqu'à 1 semaine après l'arrêt de l'allaitement et son bébé reçoit une dose hebdomadaire de Névirapine de la naissance à 6 semaines.
- Avec un autre type d'ARV (dépendant de la politique nationale) la mère prend ces médicaments jusqu'à 1 semaine après l'accouchement et son bébé reçoit une dose hebdomadaire de Névirapine de la naissance jusqu'à 1 semaine après l'arrêt de l'allaitement.
- Expliquer les avantages des ARV, à la fois pour la santé de la mère si elle en a besoin et pour prévenir la transmission du VIH à son bébé.
- Encourager les femmes infectées par le VIH à se rendre dans une clinique qui fournit les ARV, ou la référer pour ARV.
- Renforcer le message sur les ARV à tous les points de contact avec les femmes infectées par le VIH et à tous les points de contact de soutien de l'alimentation du nourrisson.
- Référer au centre de santé si la mère infectée par le VIH change l'option d'alimentation ou si son stock d'ARV va s'épuiser bientôt

Rappel: Cette carte de counseling est pour les pays où la politique nationale pour les nourrissons exposés au VIH est allaitement exclusive et ARV.

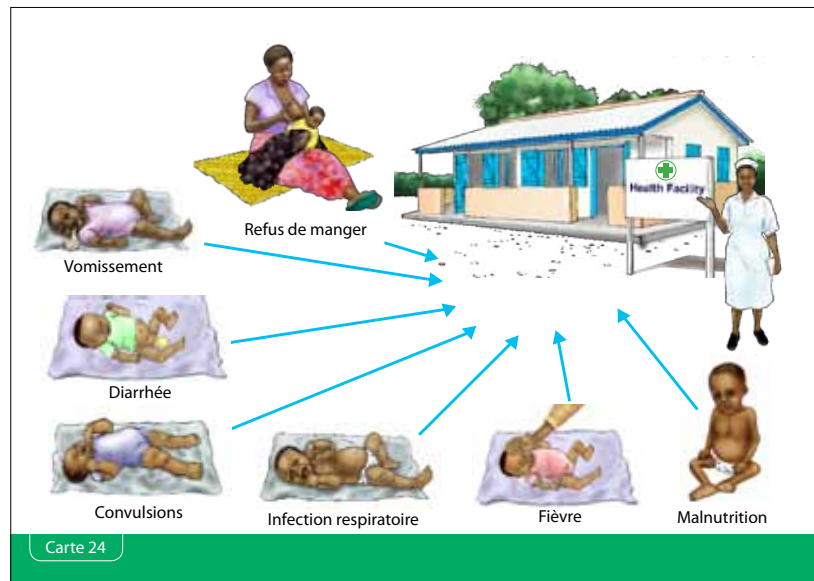
Allaiter exclusivement au sein même lorsqu'il n'y a pas d'ARV



- Allaitement maternel exclusif (donner **UNIQUEMENT** du lait maternel) pendant les 6 premiers mois.
- L'allaitement maternel exclusif (donner **UNIQUEMENT** du lait maternel) pendant les 6 premiers mois réduit considérablement le risque de transmission du VIH de la mère à son bébé.
- Quand une mère infectée par le VIH allaite exclusivement, son bébé bénéficie de tous les avantages de l'allaitement maternel y compris la protection contre la diarrhée et d'autres maladies.
- L'alimentation mixte (nourrir le bébé avec du lait maternel et tout autre aliment ou liquide, y compris le lait maternisé, le lait d'origine animale, ou de l'eau) avant 6 mois augmente considérablement les risques de transmission du VIH de la mère infectée à son bébé.
- L'alimentation mixte peut endommager l'estomac du bébé. Cela facilite la transmission du VIH et d'autres maladies au bébé.
- L'alimentation mixte augmente également les risques de décès du bébé dus à d'autres maladies telles que la diarrhée et la pneumonie parce qu'il ou elle n'est pas entièrement protégé(e) par le lait maternel, et l'eau et les autres laits ou aliment peuvent être contaminés.
- Si une mère infectée par le VIH développe des problèmes mammaires, elle devrait immédiatement chercher de l'aide et un traitement. Elle peut être encouragée à exprimer son lait et le traiter par la chaleur de sorte qu'il puisse être donné à son bébé pendant qu'elle récupère.
- Utiliser les cartes de counseling sur l'allaitement maternel exclusif et augmenter votre production de lait (Carte de counseling 3 à 7).
- Les bébés exposés au VIH devraient être testés pour le VIH quand ils ont environ 6 semaines.

Notes pour l'agent communautaire: Une mère porteuse du VIH devrait allaiter exclusivement pendant les 6 premiers mois même lorsque l'accès aux ARV n'est pas toujours garanti.

Quand emmener votre enfant au centre de santé



- Emmener votre enfant immédiatement chez un agent de santé qualifié ou à la clinique si les symptômes suivants sont identifiés :
 - Refus de se nourrir et être très faible
 - Vomissement (ne peut rien retenir)
 - Diarrhée (plus de 3 selles molles par jour pendant deux jours ou plus et/ou sang dans les selles, les yeux enfoncés)
 - Convulsions (contractions rapides et répétées du corps, tremblements)
 - La partie inférieure de la poitrine se creuse quand l'enfant respire, ou il semble que l'estomac se déplace de haut en bas (infection respiratoire)
 - Fièvre (risque possible de malaria)
 - Malnutrition (perte de poids ou gonflement du corps)

Éviter tout allaitement



- Les recommandations sur l'alimentation du nourrisson sont données à la mère au centre de santé.
- L'alimentation de remplacement exclusif (donner UNIQUEMENT du lait maternisé) pendant les 6 premiers mois élimine la possibilité de transmettre le VIH par l'allaitement.
- L'alimentation de remplacement est également accompagnée d'ARV pour la mère (1 semaine au moins après l'accouchement) et le nourrisson (pendant six semaines après la naissance).
- Le maintien du rôle central de la mère dans l'alimentation du bébé est important pour le lien mère-enfant et peut également aider à réduire les risques liés à la préparation des aliments de remplacement.
- L'alimentation mixte (nourrir le bébé avec du lait maternel et tout autre aliment ou liquide, y compris le lait maternisé, le lait d'origine animale, ou de l'eau) avant 6 mois augmente les risques de transmission du VIH de la mère à son bébé.
- L'alimentation mixte est toujours dangereuse pour les bébés de moins de 6 mois. Un bébé de moins de 6 mois a les intestins immatures. Les autres aliments ou boissons autre que le lait maternel peuvent endommager l'estomac du bébé. Ceci facilite la transmission du VIH et d'autres maladies au bébé.
- Encourager la mère à nourrir son enfant:
 - Pas d'alimentation mixte.
 - Pas de dilution de lait maternisé
 - Aider la mère à lire les instructions sur la boîte de lait maternisé
 - Alimenter le bébé à l'aide d'une tasse
 - Voir la carte Circonstance spéciale 2
- Référer à un centre de santé si son bébé tombe malade, a la diarrhée ou d'autres maladies ou si elle a des difficultés à obtenir une quantité suffisante de lait.

Rappel: Cette carte de counseling est seulement pour les pays où la politique nationale pour les nourrissons exposés au VIH est l'alimentation de remplacement exclusive OU pour les mères qui ont décidé au centre de santé de ne pas choisir l'allaitement + ARV.

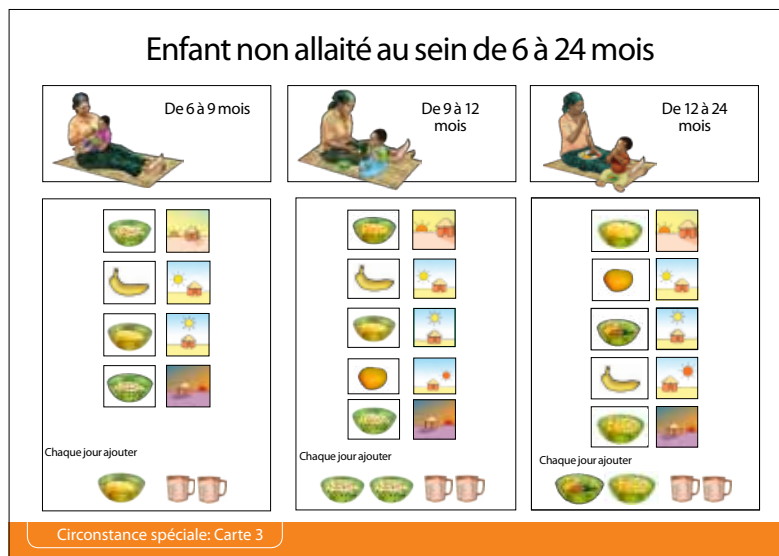
Conditions nécessaires pour éviter tout allaitement maternel



- Les recommandations sur l'alimentation du nourrisson sont données à la mère au centre de santé.
- Se laver les mains avec du savon et de l'eau avant de préparer la nourriture et d'alimenter le bébé.
- S'assurer d'obtenir des quantités suffisantes pour la croissance normale de l'enfant et le développement jusqu'à ce qu'il ou elle atteigne au moins 6 mois. (Un bébé a besoin d'environ 40 boîtes de 500 g de lait maternisé pour les 6 premiers mois).
- Toujours lire et suivre méticuleusement les instructions qui sont imprimées sur les boîtes. Demander de plus amples explications si vous ne comprenez pas.
- Utiliser de l'eau propre pour préparer le lait maternisé. Si possible, préparer l'eau nécessaire pour la journée entière. Bouillir l'eau pendant au moins 2 minutes puis la verser dans une bouteille propre ou un récipient couvert spécialement réservé pour l'eau bouillie.
- Conserver ou transporter l'eau bouillie et le lait maternisé en poudre séparément pour préparer les prochains repas si la mère travaille en dehors de son domicile ou pour les repas de la nuit.
- Laver les ustensiles avec de l'eau propre et du savon, et les faire ensuite bouillir pour tuer les microbes restants.
- Utiliser seulement une cuillère ou une tasse propre pour alimenter le bébé. Même un bébé nouveau-né apprend rapidement comment boire dans une tasse. Ne pas utiliser les biberons, les tétines ou les tasses à bec.
- Conserver la boîte de lait dans un endroit sûr et propre.
- Préparer la quantité nécessaire de lait pour un seul repas à la fois, et utiliser-le dans l'heure suivant la préparation
- NE PAS réintroduire l'allaitement maternel : éviter l'alimentation mixte.

Rappel: Cette carte de counseling est seulement pour les pays où la politique nationale pour les nourrissons exposés au VIH est l'alimentation de remplacement exclusive OU pour les mères qui ont décidé au centre de santé de ne pas choisir l'allaitement et ARV.

Enfant non-allaité au sein de 6 jusqu'à 24 mois



Note à l'intention de l'agent communautaire: Utiliser cette carte seulement pour les enfants non-allaités au sein entre 6 et 24 mois.

- Un minimum de 2 tasses de lait par jour est recommandé pour tous les enfants de moins de 2 ans qui ne sont plus allaités au sein.
- Ce lait peut être du lait maternisé commercial, préparé selon les instructions, ou du lait animal qui devrait toujours être bouilli pour les enfants de moins de 12 mois. Il peut être donné au bébé comme boisson chaude ou froide, ou peut être ajouté à la bouillie ou à d'autres aliments.
- Tous les enfants ont besoin d'aliments complémentaires à partir de 6 mois.
- L'enfant non-allaité de 6 jusqu'à 9 mois a besoin de la même quantité d'aliments et de casse-croûtes que l'enfant allaité du même âge plus 1 repas supplémentaire plus 2 tasses de lait par jour (1 tasse = 250 ml).
- L'enfant non allaité de 9 à 12 mois a besoin de la même quantité d'aliments et de casse-croûtes que les enfants allaités du même âge plus 2 repas supplémentaires plus 2 tasses de lait par jour.
- L'enfant non allaité de 12 à 24 mois a besoin de la même quantité d'aliments et de casse-croûtes que les enfants allaités du même âge plus 2 repas supplémentaires plus 2 tasses de lait par jour.
- Après 6 mois, donner également 2 à 3 tasses d'eau par jour, en particulier dans les climats chauds.