

▶ AVANT LE REPAS

- 1 Favoriser la consommation des repas à des heures régulières.
- 2 Éviter les activités susceptibles de le fatiguer, 30 minutes avant le repas, si l'enfant est fatigable.
- 3 Favoriser un climat agréable et calme.
- 4 S'assurer que l'enfant est en position stable et symétrique.
- 5 Se placer devant lui à sa hauteur.



▶ PENDANT LE REPAS

- 1 Être attentif aux réactions de l'enfant.
- 2 Avoir une attitude positive face à la nourriture qu'on lui offre.
- 3 Adapter les textures des aliments offerts.
- 4 Offrir de petites bouchées à la fois : plus facile de contrôler l'aliment et moins de frustration pour l'enfant et le parent.
- 5 Instaurer un rythme confortable pour l'enfant et le parent.
- 6 Utiliser la cuillère appropriée pour votre enfant.
- 7 Présenter la cuillère à l'horizontale avec une légère pression sur le centre de la langue.
- 8 Attendre que la bouchée soit avalée avant d'en présenter une autre.
- 9 Pour l'enfant autonome, s'assurer :
 - qu'il prenne de petites bouchées ;
 - qu'il vide sa bouche entre chaque bouchée ;
 - qu'il ait un rythme adéquat.
- 10 Éviter d'essuyer constamment la bouche et le menton avec la cuillère.
- 11 Surveiller les signes de fatigue.
- 12 La durée du repas devrait être d'environ 30 minutes.

▶ APRÈS LE REPAS

- 1 S'assurer qu'il n'y ait plus d'aliments dans la bouche.
- 2 Le laisser en position assise ou semi-assise environ, 30 minutes après le repas, si l'enfant a des problèmes de reflux.
- 3 Favoriser des soins d'hygiène buccale appropriés après chaque repas.



POINTS IMPORTANTS POUR L'ENFANT FATIGABLE

- Favoriser une posture stable.
- Encourager l'autonomie tout en considérant les habiletés et la fatigue de l'enfant.
- Adapter les consistances (ex. : épaissir sans augmenter l'effort demandé).
- Introduire des séquences pour faciliter le rythme de succion-déglutition et la respiration lors du boire.

ASTUCES POUR L'HEURE DE LA COLLATION

- Placer la nourriture de côté (gencives ou molaires) pour stimuler la langue à aller chercher la nourriture.
- Donner des petits morceaux d'aliments fondants un à la fois.
- Adapter les collations pour développer les habiletés entourant l'alimentation.
- Stimuler les mouvements de la langue d'un côté à l'autre avec les exercices donnés par l'ergothérapeute.