

ALLAITEMENT MATERNEL

Soutenir la physiologie
Prendre en charge la pathologie

Anne Archen, sage-femme consultante en lactation
Hélène Derhan, sage-femme DIULHAM



Le lait maternel est la norme biologique de notre espèce

- C'est l'aliment le plus adapté à la nutrition du nouveau-né et du nourrisson.
- Il est spécifique de notre espèce.
- Sa composition va évoluer au cours du temps pour s'adapter aux besoins nutritionnels de l'enfant.
- Celle-ci sera également différente en fonction du terme de naissance de l'enfant.

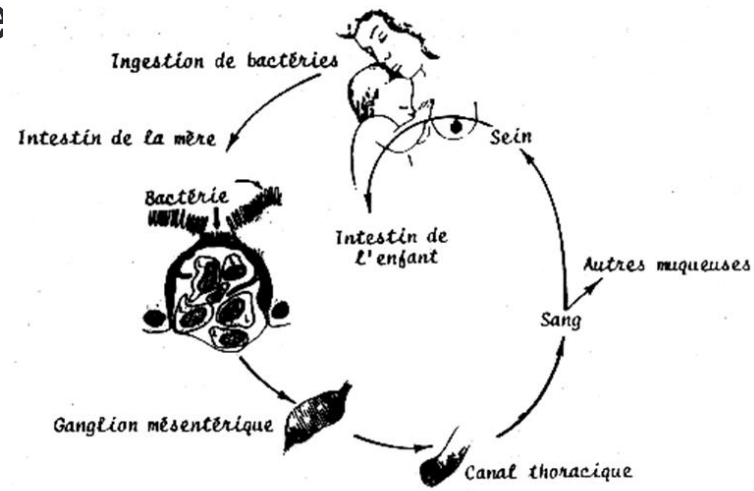


© PRODUCTION MULTIMÉDIA - CHUM



Bénéfices santé pour l'enfant

- En plus de son intérêt nutritionnel, le lait maternel assure une fonction de protection immunitaire.
- De part sa composition, il permet à l'enfant allaité de manière exclusive d'acquérir une flore intestinale riche en bifidobactéries (intérêts dans la prévention des infections, des allergies, de l'obésité...)
- Ses bénéfices à court, moyen et long terme seront proportionnels à la durée de l'allaitement.



The Breastfed Baby

Immune system.

Responds better to vaccinations. Human milk helps to mature immune system. Decreased risk of childhood cancer.

Skin.

Less allergic eczema in breastfed infants.

Joints and muscles.

Juvenile rheumatoid arthritis is less common in children who were breastfed.

Bowels.

Less constipation.

Urinary tract.

Fewer infections in breastfed infants.

Digestive system.

Less diarrhea, fewer gastrointestinal infections in babies who are breastfeeding. Six months or more of exclusive breastfeeding reduces risk of food allergies. Also, less risk of Crohn's disease and ulcerative colitis in adulthood.

Eyes.

Visual acuity is higher in babies fed human milk.

Ears.

Breastfed babies get fewer ear infections.

Throat.

Children who are breastfed are less likely to require tonsillectomies.

thealpharent.com

Appendix.

Children with acute appendicitis are less likely to have been breastfed.

Kidneys.

With less salt and less protein, human milk is easier on a baby's kidneys.

Higher IQ.

Cholesterol and other types of fat in human milk support the growth of nerve tissue.

Endocrine system.

Reduced risk of getting diabetes.

Mouth.

Less need for orthodontics in children breastfed more than a year. Improved muscle development of face from suckling at the breast. Subtle changes in the taste of human milk prepare babies to accept a variety of solid foods.

Respiratory system.

Breastfed babies have fewer and less severe upper respiratory infections, less wheezing, less pneumonia and less influenza.

Heart and circulatory system.

Breastfed children have lower cholesterol as adults. Heart rates are lower in breastfed infants.

Bénéfices santé pour la mère

L'allaitement maternel :

- Facilite l'attachement mère/enfant (sécrétion d'ocytocine)
- Permet une meilleure rétraction utérine (diminution du risque d'anémie et d'endométrite en PP)
- Facilite la perte de poids (mobilisation des graisses mises en réserve durant la grossesse)
- Diminue le risque de développer un cancer du sein ou de l'ovaire avant l'âge de la ménopause.



Les recommandations



- L'OMS recommande un allaitement maternel exclusif pendant 6 mois et la poursuite de l'allaitement pendant 2 ans ou plus en complément d'une alimentation diversifiée.
- La HAS recommande un allaitement exclusif pendant les 6 premiers mois de vie.
- La promotion de l'allaitement maternel est un des objectifs majeurs du PNNS



Etat des lieux de l'allaitement en France

Depuis quelques années, on note une augmentation quasi constante du taux d'initiation de l'allaitement maternel à la naissance.

- 1972 : 37%
- 1998 : 53%
- 2010 : 69%

Pourtant le taux d'allaitement en France reste l'un des plus bas d'Europe.

D'autre part, on constate que la durée médiane de l'allaitement maternel est faible.

Etat des lieux de l'allaitement en France

L'étude EPIFANE (2012-2013)

- 3368 couples mère/enfant, 136 maternités
- Elle montre une durée médiane de l'AM de 15 semaines. Mais seulement 3 semaines et demi si on considère l'AM exclusif.
- 74% à la naissance (59% exclusif)
- 54% à 1 mois (35% exclusif)
- 39% à 3 mois (21% exclusif)
- 23% à 6 mois
- 9% à 1 an

Etat des lieux de l'allaitement en France

Enquête périnatale de mars 2016

- Réalisée dans l'ensemble des maternités françaises durant une semaine
- 14142 naissances
- Elle montre un recul de la fréquence de l'initiation de l'allaitement en maternité entre 2010 et 2016
 - l'allaitement exclusif et mixte passe de 69 à 67%
 - l'allaitement exclusif passe de 60 à 52%

Comment améliorer la situation actuelle?

Il est essentiel que chaque mère puisse avoir confiance en sa capacité à allaiter son enfant.

Importance ++ du soutien entre mères.

Des associations de soutien existent:

- Allaitement Informations
- La Leche League



Comment améliorer la situation actuelle?

En tant que professionnels de santé, nous sommes en 1^{ère} ligne pour :

- conseiller les mères et leur fournir une information complète et de qualité dès la grossesse afin qu'elles puissent faire un choix éclairé concernant l'alimentation de leur enfant.
- Soutenir les patientes allaitantes afin qu'elles puissent mener à bien leur projet d'allaitement
 - importance +++ de la formation des professionnels



BIBLIOGRAPHIE

- Biologie de l'allaitement, le sein, le lait, le geste.

Micheline Beaudry, Sylvie Chiasson, Julie Lauzière

Presses de l'université du Québec

- Plan national nutrition santé 2011-2015 et 2017-2021
- Haute Autorité de Santé, Allaitement maternel : mise en œuvre et poursuite dans les 6 premiers mois de vie de l'enfant.
- Organisation mondiale de la santé : soutenir l'allaitement.
- Epifane : épidémiologie en France de l'alimentation et de l'état nutritionnel des enfants pendant leur première année de vie.
- Enquête nationale périnatale, rapport 2016.