

Rien de plus naturel que l'allaitement maternel

KIM MORENCY
VICE-PRÉSIDENTE DU COMITÉ DE SOUTIEN À L'ALLAITEMENT

Il y a rien de plus naturel que l'allaitement maternel. C'est un geste gratuit, économique et écologique qui n'apporte que des bénéfices à ceux impliqués. Chez le bébé, il a été démontré que l'allaitement exclusif pendant les six premiers mois de vie assurerait de manière optimale la croissance et le développement de l'enfant. De plus, il procurerait un effet protecteur contre les infections digestives, respiratoires et otites étant donné que le lait maternel contient des anticorps directement absorbables par le bébé ainsi que d'autres éléments immunitaires. Il réduirait ainsi l'incidence et la gravité de plusieurs autres maladies infectieuses. L'allaitement en est tout aussi bénéfique pour la mère puisqu'il diminuerait le risque de cancer du sein et des ovaires.

On pourrait dire que l'allaitement est la suite naturelle de la grossesse. Cependant, il est important de souligner un autre phénomène tout aussi naturel : le contact peau-à-peau. Le contact peau-à-peau, qu'est-ce que c'est ? En fait, dès la naissance, le bébé nu (avec ou sans couche) peut être déposé sur le ventre nu de sa mère et lorsqu'il sera prêt, il se déplacera, à lui seul, jusqu'au sein de la mère pour son premier boire. Ce premier contact peau-à-peau augmente le succès de l'allaitement et le nouveau-né devrait y rester au moins une heure ou jusqu'à la fin de la première tétée.

Un moment précieux, réconfortant, qui permet au nouveau-né de mieux vivre la transition de la naissance et à la maman et au bébé de se découvrir mutuellement à un endroit dans lequel il a tout ce dont il a besoin : le calme, la chaleur, la sécurité et de la nourriture ! Tout comme l'allaitement, le contact peau-à-



peau procure de nombreux bienfaits physiologiques chez le nouveau-né à terme. Parmi ceux-ci, il y aurait une autorégulation de la température du bébé et de la mère, une meilleure oxygénation et une meilleure glycémie chez le bébé et une diminution de la douleur chez le bébé lors de procédures douloureuses. Chez un nouveau-né prématuré, le terme employé pour ce contact peau-à-peau est la méthode kangourou et un contact prolongé serait nécessaire.



Même au bout de quelques semaines et mois, les bébés aiment encore la position de peau-à-peau. Et qui dit que ce moment précieux et réconfortant ne peut être partagé entre le père et le nouveau-né ? En effet, le contact peau-à-peau est tout aussi possible avec le père et peut permettre à la mère d'avoir un temps de repos bien mérité. Sur le divan, sous une douillette ou dans le bain, le père se met à son tour le torse nu et place le nouveau-né nu (avec ou sans couche) contre sa poitrine.