

Titre de la leçon : L'allaitement

Définition

I/ La composition du lait maternel

II/ Les techniques de tétée

III/ Les avantages de l'allaitement maternel

III-1/ Les avantages de l'allaitement maternel chez la mère

III-1/ Les avantages de l'allaitement maternel chez le bébé

Définition

L'**allaitement** est le mode d'alimentation d'un nourrisson ou d'un enfant, par le **lait maternel** via le sein de la mère. Lorsque le **lait maternel** est insuffisant, on pratique un allaitement mixte, qui consiste à combiner [le sein et le biberon](#). Si pour des raisons médicales, la mère ne peut pas allaiter, le bébé est nourri au biberon, soit avec le lait maternel tiré, [soit avec d'autres laits produits d'une manière industrielle](#).

I/ La composition du lait maternel

Le **lait maternel** est rempli de plusieurs nutriments vitaux et indispensables au besoin du bébé. Il se développe au cours de la gestation de la femme. Dès la naissance, la lactation au sein se déclenche ainsi. Les **tétées** régulières et effectives du **nouveau-né**, favorisent la stimulation du **lait maternel**. L'allaitement maternel peut durer jusqu'à environ deux ans.

Découvrez comment [se préparer à l'allaitement](#).

La production lait maternel ?

Le **lait maternel** connaît différentes étapes de transformation au cours de l'**allaitement**.

Après l'[accouchement](#), le [premier lait maternel](#) secrété se nomme **colostrum**. L'estomac du **nouveau-né** s'adapte parfaitement à ce lait, puisqu'il est facilement assimilable. A la fois épais et translucide, le colostrum se caractérise par une couleur orangée. Il est rempli d'anticorps qui protège le petit contre les attaques microbiennes.

Il comprend de la protéine, de l'ordre de 23g/litre, des oligosaccharides qui sont des sucres assimilables, des vitamines, des acides aminés libres et des sels minéraux.

La sécrétion du colostrum est minime au début, environ 20 à 50 ml à chaque tétée. Mais ce volume croît au fur et à mesure de l'effectivité de la **tétée**.

Quelques jours après l'accouchement, le colostrum se modifie en colostrale, également appelé **lait de transition**. Ce lait de transition est formé par du lait à maturité et du colostrum. Les composants contenus dans le colostrale subissent ainsi une transformation. Ce dernier se caractérise par une consistance fluide et une augmentation de volume.

II/ Les techniques de tétée

Combien d'heures après l'accouchement la mère peut-elle allaiter son enfant ?

La **première mise au sein** a toujours été décalée de 18 à 24 heures selon divers prétextes.

Jusqu'en 1970, on faisait jeûner le bébé, ou on lui donnait uniquement de l'eau sucrée au biberon, durant le premier jour de sa **naissance**. Il y eût plusieurs soutiens à cette idée, comme celui d'A.B Marfan. Le Dr Rehin affirme par exemple, que le bébé n'éprouve nullement le besoin de prendre un repas dans les douze à quinze heures qui suivent sa naissance.

Une mère doit-elle respecter un intervalle régulier entre les tétées ?

C'est de pratique depuis des millénaires, mais la durée de l'intervalle reste la seule variable.

Chaque mère y met son bon vouloir pour garder quatre, trois ou deux heures et demi entre les tétées. Ceci permet de mettre l'enfant à un certain rythme de vie, à des heures de tétées fixes et pendant une durée fixe de 10 à 15 minutes.

Quel poids de lait le bébé ingurgite-t-il à chaque tétée ?

Pour en savoir plus, il est nécessaire d'avoir un pèse-bébé chez soi. Il suffirait alors de peser le bébé avant et après chaque tétée, puisqu'il doit avaler une quantité de lait suffisante par jour. Des auteurs soutiennent qu'il faut absolument combler le déficit, par un biberon bien dosé. Mais personne ne parle du surplus de lait ingurgité lors des tétées. D'autres affirment que **la quantité de lait avalée reste variable d'une tétée à l'autre et d'un bébé à l'autre**. Le nombre de pesées est également matière à discussion parmi des auteurs, et le principe même de la pesée est traité par eux de « tue-l'allaitement ».

Y-a-t-il un âge idéal pour le sevrage de l'enfant ?

Depuis la fin du siècle dernier, la **durée d'un allaitement** diminue régulièrement, et la nourriture lactée suit également le mouvement. Le sevrage se passe de plus en plus tôt. Il n'y a pas d'âge pour supprimer la nourriture lactée chez un enfant. Des auteurs proposent un **sevrage progressif**, mais sans vraiment arriver à convaincre. De trois mois en 1956, on passe à huit jours vingt ans après, le temps pour arrêter le **repas de bébé** constitué de lait.

III-1/ Les avantages de l'allaitement maternel chez le bébé

Il correspond parfaitement aux **besoins de votre bébé**. En l'allaitant, vous lui donnerez un aliment complet et idéal jusqu'à l'âge de 3 à 4 mois. Les teneurs en glucides, lipides et protéines respectent **les besoins du nourrisson**. Tous ces éléments sont digestibles et peuvent être absorbés par l'organisme du **nourrisson**.

Savez-vous également qu'il comprend des anticorps que vous produisez, et **défend ainsi l'enfant de toutes agressions du système immunitaire** ? Ceux-ci le protégeront durant les premières semaines de sa vie et lui permettent de lutter naturellement contre les risques d'allergies. Sa muqueuse intestinale est ainsi aidée pour le préserver des allergènes.

Le lait maternel développe la capacité à déguster **du bébé**, grâce au changement fréquent du **goût du lait** selon les aliments que vous absorbez. Par ailleurs, il faut remarquer la

différence de goût et de consistance du lait maternel, en début et en fin de tétée. La teneur en lipide croît vers la fin du repas.

Histoire de l'allaitement en France

Un **allaitement maternel** est un phénomène biologique naturel, depuis que l'homme existe. Mais en cas de décès post-partum de la **mère**, ou lorsque la mère ne pouvait pas nourrir l'enfant, elle recourait au service d'une nourrice. Les nourrices étaient en générale, des femmes issues de la classe populaire. Depuis la fin du XVIème siècle, **l'allaitement mercenaire** gagnait le milieu aristocratique, et se répandait aussi parmi la bourgeoisie. Les mères se défaisaient de la servitude d'allaitement.

Les femmes d'artisans aisées pouvaient également louer les services de **nourrices**. Cette pratique fut alors généralisée, et les femmes eurent recours à ce type de service jusqu'au XVIIIème siècle. Il a fallu attendre le début du XIXème siècle, avec les prétentions exemplaires de Madame d'Epainay, pour que **l'allaitement maternel** retourne à la normale. L'idée **d'allaiter son propre bébé**, fut envisagée comme absurde par les gens de son milieu. A la fin de cette époque, naquit l'usage du **lait de vache modifié**. Ce fait a diminué sensiblement **l'allaitement maternel**, et l'on notait en 1960, le taux d'allaitement le plus bas. Il y eût beaucoup de publicités sur les produits industriels de [nutrition infantile](#) jusqu'aux pays les moins développés. Et depuis, il a connu une nouvelle progression, mais reste différent selon les pays.

Par exemple, il n'était que de 7% en Grande-Bretagne, alors qu'en Norvège, il atteignait 64%. On soutenait simplement que **l'allaitement de l'enfant** est un signe de pauvreté.

La naissance du lait de vache pour bébé

Le lait de vache suisse pour bébé, mélangé dans de bonnes proportions, au sucre et à la farine, a été mis au point par Nestlé en 1890. Il était réservé à ceux qui avaient les moyens d'en acheter. Mais à la fin du XXème siècle, marque un tournant pour **la nutrition de l'enfant**. Des associations **d'aide aux mères**, ainsi que des mesures de préservation de **l'allaitement maternel** se sont installées.

Les conditions d'allaitement évoluent

Les conditions d'allaitement ont été ainsi améliorées, rendant ainsi plus de confort à la mère, aussi bien sur le plan corporel que social. Les informations de qualité et le développement des réseaux d'information et d'entraide, étaient accessibles au public. L'évolution des techniques **d'aide à l'allaitement** alliée aux mesures de santé publique, favorisent l'allaitement maternel. Avec l'amélioration des conditions d'allaitement artificiel, **l'allaitement maternel** est parfois considéré comme une contrainte sociale, mais non comme une alternative. Néanmoins, en France, 75% des femmes seraient pour **l'allaitement** pendant quelques semaines. En 1995, les mères qui allaitent à leur sortie de maternité, représentent moins de 50%. Elles sont de 60%

en 2005, mais le taux d'allaitement diminue jusqu'à 5% au quatrième mois. Le Programme National Nutrition-santé, a prévu que 70% des françaises doivent allaiter durant au moins 4 mois.

Les questions que l'on se pose sur l'allaitement maternel

L'**allaitement maternel** suscitait bien des esprits durant les époques où la science voulait prendre le dessus de tout. On cherchait à tout mesurer au nom de la logique ou à cause d'un raisonnement scientifique. Il ne faut pas laisser le naturel tel quel. Il faut changer la nature. Alors beaucoup de questions se posent à propos d'**un allaitement maternel**. Parmi eux, certaines restent encore et donnent des peurs et des craintes sans fondement.

Peut-on perdre son lait si on va à l'encontre de certaines règles? Le **lait maternel** peut-il tourner à la suite d'une certaine contrariété ou lorsque donne à téter pendant que l'on est en sueur ? Le lait issu d'une nouvelle grossesse est-il empoisonné ? Peut-il être de mauvaise qualité jusqu'à devenir comme de l'eau ?

Mais La Leche League de Chicago s'oppose vigoureusement au minutage de la tétée, à l'interdiction des **tétées nocturnes**, au freinage de l'introduction d'un repas solide vers le milieu de la première année et s'attache à la satisfaction des demandes de l'**enfant**.

Il fut une époque, où l'on disait que le Dr Lawrence Gartner, Président de la Faculté de médecine de l'Université de Chicago, parlait de la longue tradition des médecins de l'Occident à se montrer plus experts que les mères dans [l'allaitement et l'alimentation infantile](#). Il préconise actuellement tout le contraire de ce qu'ils ont dit à l'époque.

Ainsi, les années 70 étaient pleines de contradiction en matière d'[allaitement](#). L'**allaitement maternel** est couvert d'une part par l'Unicef, grâce aux recommandations internationales, et d'autre part par l'OMS, Organisation Mondiale de la Santé, selon des directives européennes. Les actions conjointes de ces deux organismes pour soutenir l'**allaitement maternel**, ont abouti à l'énoncé en 1989, de dix recommandations favorisant la réussite de l'allaitement maternel. Elles permettent l'obtention du label « Hôpital Ami des Bébé ». Au Québec et en Belgique, l'allaitement est encouragé par la Sécurité sociale, grâce à l'attribution d'une allocation mensuelle supplémentaire, aux mères qui **allaient leur bébé**. L'allaitement a pu décoller en France à partir de 1996.

Quels sont les avantages du lait maternel pour le bébé ?

L'allaitement artificiel : qu'est ce que c'est ?

La pratique de l'**allaitement artificiel** apparaissait durant un temps comme le libérateur de la femme de son rôle de mère. Certains mouvements féministes considéraient un allaitement comme un acte qui enferme la femme auprès de son enfant. Le biberon était donc le bienvenu et reste encore sur le devant de la scène de l'allaitement. Avec [le lait de fabrication industrielle](#), il est pris comme le concurrent direct du sein et du **lait maternel**. Il rivalise avec les nourrices qui faisaient de l'allaitement, leur métier. Mais certaines nourrices donnaient aussi de plus en plus [le biberon](#).

Un **allaitement artificiel** doit alors répondre aux normes de commercialisation des produits de substitution. Il doit avoir les qualités hygiéniques nécessaires. Les biberons des années 1880 étaient mortels pour les **nouveaux nés**, malgré les évolutions technologiques qu'on y apportait. Les tétines contenaient toute une colonie de microbes du choléra infantile et de la diarrhée infectieuse. Dans le corps de [biberon](#), même en verre, il y avait des végétations cryptogamiques.

Le progrès du lait industriel

Le contrôle de la qualité physico-chimique et biologique du lait, a permis de diminuer les effets néfastes du lait d'étable ou du **lait artificiel**. La pasteurisation a beaucoup aidé les dangers de contamination du **biberon**. La lutte contre la falsification du lait, a permis de garantir sa qualité. L'ajout d'eau par exemple, ou d'autres substances pour maintenir sa bonne couleur, étaient vivement contrôlés. Il y avait par exemple, l'usage du caramel, du safran, des oignons torréfiés, de l'eau de chaux, de l'extrait de chicorée ou de la gomme adragante. Par ailleurs la fermentation du **lait** était freinée par l'emploi du bicarbonate de soude, de l'acide borique ou formique, ou encore par de l'acide salicylique.

Au début du 20^{ème} siècle, on vit sur le marché, beaucoup de marques de lait déposées par des médecins. Il y avait par exemple le fameux séro-lait du docteur Pierre Laurent en 1898.

C'était l'unique lait stérilisé qui s'apparentait au lait de la femme. En 1912, il y avait aussi le lait « scientifique » du docteur Percheron.

[\[Voir aussi : Un nouveau logo à repérer pour l'alimentation de bébé\]](#)

Qu'en est-il de la qualité du lait infantile ?

Les recherches d'amélioration du **lait**, ont abouti à la mise en vente des gouttes de lait stérilisées, dont la qualité a été vérifiée, rendue plus humaine, et distribuées dans des flacons dont le nombre est identique au nombre de repas du bébé. Actuellement, **la qualité du lait industriel** tend à se rapprocher de celle du lait maternel. Des différents procédés sont alors présents, et l'on peut citer celui de Winter et Vigier, celui de Gaertner et de Backauss avec le lait acidifié, celui de Marriot avec le lait desséché ou concentré.

De l'allaitement artificiel est né également, l'aspect scientifique des repas du bébé. Ceci découle d'une puériculture qui se voulait « scientifique ». Toute action sur le **bébé** a été dictée par des règles que les **mères** devaient suivre scrupuleusement, pour devenir des bons modèles. [L'alimentation au biberon](#) était donc régie par des règles de quantité, de dosage, et des horaires de repas journalier en fonction de l'**âge et du poids du bébé**.

Droit d'auteur protégé par les articles L. 111-1 et L. 123-1, du code de la propriété intellectuelle.

[Découvrez les 7 conseils pour un allaitement réussi](#)

Rédaction : Equipe enjoy family – Organisateur du [salon Baby](#) et spécialiste de la parentalité et de la petite enfance (0-3 ans) auprès du grand public et des [professionnels](#)

PARTAGEZ VOTRE AVIS :

Vous devez [être connecté](#) pour publier un commentaire.

[ARTICLE PRÉCÉDENT](#) Les cycles de sommeil de bébé : Bonne nuit les petits ! [ARTICLE SUIVANT](#) Comprendre un enfant : comment le rassurer ou le consoler ?

Ces articles peuvent vous intéresser

Mes cours sur l'allaitement : ce qu'il faut retenir

Allaitement maternel

L'allaitement maternel est généralement considéré comme la méthode optimale d'alimenter un bébé. Ses effets positifs se voient non seulement sur le nourrisson, mais aussi sur la mère, les parents et ultimement sur le système de santé.

- [Introduction](#)
- [Synthèse](#)
- [Selon les experts](#)
- [Ressources](#)
- [Thème complet](#)



Quels sont les bénéfices de l'allaitement pour la mère et l'enfant?

Partager:

Z

Les mères ont plusieurs bonnes raisons d'allaiter, pour leur propre santé et celle de leur enfant.

Pour les enfants :

- Le lait maternel est l'aliment le plus nutritif pour les bébés. De plus, il protège contre les infections, les allergies, certaines maladies chroniques et cancers infantiles, ainsi que contre le syndrome de la mort subite du nourrisson.
- L'allaitement permet le contact visuel et la proximité physique entre la mère et l'enfant, ce qui renforce le lien entre eux.

Pour les mères :

- L'allaitement est lié à des niveaux de stress et d'humeur négative moindres. Il peut aider à la récupération post-partum et, à long terme, il diminue les risques d'obésité, d'ostéoporose et de cancer du sein et des ovaires.

- L'allaitement aide la mère à développer un sentiment d'attachement plus fort envers son bébé.

Les bénéfices de l'allaitement sont clairs; le défi consiste plutôt à trouver des manières de soutenir les mères pour qu'elles choisissent d'allaiter.

À lire

Allaitement et développement psychosocial de l'enfant

Soutenir l'allaitement/le développement social et affectif des jeunes enfants

Influence de l'allaitement sur le développement psychosocial

Le partage du lit ou de la chambre, l'allaitement maternel et le syndrome de la mort subite du nourrisson



• **Quels sont les bénéfices de l'allaitement pour la mère et l'enfant?**

Thèmes connexes

-



Alimentation – Grossesse

-



Attachement

-



Alimentation – Enfant



Obésité infantile



Sommeil

Mise à jour : Juin 2017

• Catégories

- [Comportement](#)
- [Éducation et apprentissage](#)
- [Santé et nutrition](#)
- [Grossesse](#)
- [Famille](#)
- [Services et politiques](#)

• À propos

Apprenez-en davantage sur l'Encyclopédie, ses financeurs, son équipe, ses collaborateurs, ainsi que sur les droits de reproduction.

[En savoir plus...](#)

-
- [Index alphabétique](#)
- [Feuillets d'information](#)
- [Nous joindre](#)

Inscrivez-vous à l'infolettre

>