

SOUTENIR L'ALLAITEMENT

L'allaitement maternel a de nombreux bienfaits pour la santé du bébé. Il permet notamment de prévenir les infections digestives et respiratoires durant les premiers mois de vie. Il a également un rôle bénéfique pour la croissance et le développement psychomoteur de l'enfant ainsi que pour la santé de la maman. Mais il n'est pas toujours évident. Les débuts peuvent même être difficiles. La maman risque alors de se décourager et d'abandonner. Or, des études ont montré qu'un soutien de la part de l'entourage favorisait le démarrage et la poursuite de l'allaitement maternel. Selon la Leche League, avant même la naissance de leur bébé, 75 % des mamans considèrent l'opinion de leur conjoint(e) très importante dans leur décision d'allaiter ou non. Celui-ci (celle-ci) a donc une influence sur le démarrage de l'allaitement et il en aura également plus tard sur sa poursuite ou son abandon. Afin de ne pas se sentir exclu(e) de cette aventure, il (elle) peut s'informer sur l'allaitement, participer avec sa compagne aux séances prénatales et en discuter avec elle. Il (elle) pourra ainsi l'aider à renforcer sa confiance en elle et à surmonter les éventuelles difficultés qu'elle pourrait rencontrer. Quant aux proches, leur soutien est aussi très important pour aider la maman à poursuivre l'allaitement. Les premières semaines, voire les premiers mois, sont très fatigants pour elle. S'occuper des tâches ménagères, l'aider dans l'organisation de la maison, préparer des repas sont donc des choses que l'on peut faire pour la soulager. Et, bien sûr, si le bébé a des frères et soeurs, les prendre en charge pour qu'elle puisse se reposer un peu.

Julie Rouffiange



en partenariat avec



Retrouvez "Air de familles", présenté par Anne Pochet
chaque semaine en TV sur



Mais aussi sur le Web:



onetvbe

@office.naissance.enfance

@onenfance

@ONEnfance



www.airdefamilles.be