



RESSOURCES EN ALLAITEMENT MATERNEL DANS L'OUEST-DE-L'ÎLE

Nourri-Source

www.nourrisourcemontreal.org
nourrisource.westisland@gmail.com

CLSC de Pierrefonds **CLSC du Lac-Saint-Louis**
514-626-2572 514-697-4110

Ligue La Leche

www.allaitement.ca

Consultantes en lactation

www.ibclc.qc.ca

LES SERVICES
DE GARDE ÉDUCATIFS
À L'ENFANCE,
UN PARTENAIRE-CLÉ!



Ce dépliant a été créé grâce à l'initiative des mairaines Nourri-Source Ouest-de-l'Île conjointement avec le Comité sous-régional en allaitement maternel de l'Ouest-de-l'Île et Nourri-Source Montréal.

L'ALLAITEMENT MATERNEL

ET LES SERVICES
DE GARDE ÉDUCATIFS
À L'ENFANCE



Comment pouvez-vous soutenir l'allaitement maternel lors de l'entrée en service de garde à l'enfance¹ ?

- En faisant preuve d'ouverture auprès de la mère qui allaite afin d'éviter un sevrage précoce non désiré par la mère ou l'enfant ;
- En vous familiarisant avec la manipulation adéquate du lait maternel ;
- En incluant l'allaitement dans le plan d'intégration de l'enfant.

MANIPULATION ET CONSERVATION DU LAIT MATERNEL²:

- Bien se laver les mains avant toute manipulation ;
- Ne jamais chauffer ou décongeler le lait maternel au four à micro-ondes ou à l'eau bouillante. Des températures élevées peuvent détruire les substances nutritives importantes dans le lait maternel ;
- Bien identifier les contenants pour respecter les dates de péremption et pour éviter les erreurs d'administration ;
- Tiédir le lait en mettant le biberon/gobelet dans un contenant d'eau chaude ;
- Ne jamais jeter du lait maternel sans en avoir préalablement discuté avec les parents. La couleur, l'apparence et l'odeur du lait maternel sont variables d'une mère à l'autre. Cela n'affecte pas sa qualité.

L'ALLAITEMENT MATERNEL

L'allaitement maternel comporte de nombreux avantages, autant pour la mère que pour l'enfant. En plus d'être gratuit, le lait maternel contient plus de 200 composants qui agissent en synergie et dont la composition évolue constamment en fonction de l'âge et des besoins particuliers du bébé ou du bambin³. Le lait maternel fournit ainsi tout ce dont l'enfant a besoin pour se développer de façon optimale pendant toute la durée de l'allaitement.

L'ALLAITEMENT FAVORISE⁴:

- Le développement physique, intellectuel, social, cognitif et émotif ;
- La confiance et l'autonomie de l'enfant en répondant à son besoin d'agrippement et de proximité.

LE LAIT MATERNEL RÉDUIT L'INCIDENCE⁵:

- Des infections des voies respiratoires, des otites et des gastroentérites ;
- Des allergies chez l'enfant ;
- Des cancers infantiles (par exemple, la leucémie) ;
- Du diabète de types I et II.

L'Organisation mondiale de la santé, l'UNICEF, Santé Canada, la Société canadienne de pédiatrie, les diététistes du Canada et l'Agence de la santé publique du Canada recommandent l'allaitement maternel exclusif pendant les six premiers mois de vie, pour les nourrissons nés à terme et en santé. Vers six mois, il est recommandé d'introduire les aliments complémentaires et de poursuivre l'allaitement et ce, **pendant deux années ou plus, tant que la mère et l'enfant le désirent**⁶.

Selon Statistique Canada, en 2011-2012, 89 % des mères ont choisi d'allaiter leur bébé à la naissance et seulement 26 % ont allaité six mois ou plus⁷. L'entrée en service de garde ne devrait pas représenter un obstacle à la poursuite de l'allaitement. Il est essentiel de valoriser et de soutenir les mères qui allaitent au moment où leur enfant intègre le service de garde⁸.

RÉFÉRENCES :

1. Gazelle et potiron, *Cadre de référence pour créer des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en services de garde éducatifs à l'enfance* (page 33, consultée le 01/04/2015)
2. LIGUE LA LECHE, *La conservation du lait maternel*, février 2010
3. Institut national de santé publique du Québec, *Le Portail d'information prénatale*, (page 21, consultée le 01/04/2015), <http://www.inspq.qc.ca/infoprenatale/accueil>
4. GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, *Mieux vivre avec notre enfant*, édition 2015, 776 pages, « Importance de l'attachement » (page 266)
5. Institut national de santé publique du Québec, *Le Portail d'information prénatale*, (page 9, consultée le 01/04/2015), <http://www.inspq.qc.ca/infoprenatale/accueil>
6. Alimentation au sein exclusive pendant 6 mois pour les nourrissons du monde entier – OMS (page consultée le 01/04/2015) http://www.who.int/mediacentre/news/statements/2011/breastfeeding_20110115/fr/
- 7-8. Tendances de l'allaitement au Canada – Statistique Canada (page consultée le 01/04/2015) <http://www.statcan.gc.ca/pub/82-624-x/2013001/article/11879-fra.htm>