



QUI NOUS SOMMES

NOTRE ACTION

OÙ NOUS AGISSONS

CENTRE DE PRESSE

STATISTIQUES

BLOGS

## Nutrition

Introduction

Vue d'ensemble

L'UNICEF en action

Sécurité nutritionnelle et situations d'urgence

Alimentation du nourrisson et du jeune enfant

Micronutriments – Iode, fer et vitamine A

Nutrition et VIH/SIDA

Actualité

Statistiques

Ressources

Notre action

Page d'accueil

## Allaitement

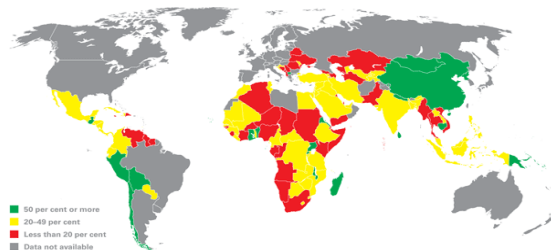
### Impact sur la survie de l'enfant et situation mondiale

De toutes les interventions de prévention, l'allaitement maternel optimal des nourrissons de moins de deux ans a potentiellement le plus gros impact sur la survie de l'enfant, avec la **possibilité d'empêcher le décès de 1,4 million d'enfants de moins de cinq ans** dans les pays en développement (Lancet 2008). Les résultats d'une étude conduite au Ghana montrent que l'allaitement des bébés dans l'heure qui suit la naissance peut empêcher 22 pour cent des décès néonataux.

Les enfants nourris au sein durant les premiers mois ont **au moins six fois plus de chance de survivre** que les enfants qui ne sont pas allaités. L'allaitement maternel réduit drastiquement les décès par infection respiratoire aiguë et par la diarrhée, deux causes majeures de mortalité infantile, ainsi que d'autres maladies infectieuses (OMS-LANCET 2000). L'impact potentiel des pratiques d'allaitement maternel optimal est particulièrement important dans les situations des pays en développement qui connaissant un fardeau important de morbidité et un faible accès à l'eau potable et à l'assainissement. Mais les enfants qui ne sont pas allaités dans les pays industrialisés présentent aussi un risque plus élevé de décéder - une étude récente sur la mortalité post-néonatale aux États-Unis a trouvé une augmentation de 25 pour cent de la mortalité parmi les nourrissons non allaités. Dans l'enquête de cohorte du Millénaire au Royaume-Uni, six mois d'allaitement maternel exclusif étaient associés au fait que les admissions hospitalières pour cause de diarrhée et d'infections des voies respiratoires avaient respectivement diminué de 53 et 27 pour cent.

Alors qu'au niveau mondial on ne constate plus de déclin des taux d'allaitement maternel, et que nombre de pays ont connu des augmentations significatives au cours de la dernière décennie, **seulement 38 pour cent des enfants** de moins de six mois vivant dans le monde en développement sont allaités exclusivement au sein et seulement 39 pour cent des nourrissons âgés de 20-23 mois bénéficient de cette pratique de l'allaitement maternel continu.

### Carte : Pourcentage des enfants de plus de six mois allaités exclusivement au sein (2000-2006)



### Recommandations pour un allaitement optimal

Les recommandations de l'Organisation mondiale de la Santé et de l'UNICEF sur l'allaitement maternel sont les suivantes : initier à l'allaitement dans l'heure qui suit la naissance ; pratiquer l'allaitement maternel exclusif pendant les six premiers mois ; et continuer à allaiter pendant deux ans et même au-delà, tout en démarrant dès l'âge de six mois une alimentation complémentaire adaptée, appropriée à l'âge, adaptée sur le plan nutritionnel et sûre.

### Les avantages de l'allaitement

**L'allaitement maternel dispose d'un large éventail d'avantages.** Il a un impact profond sur la survie, la santé, la nutrition et le développement de l'enfant. Le lait maternel apporte tous les nutriments, les vitamines et minéraux dont le nourrisson a besoin pour sa croissance pendant les six premiers mois, et aucun autre liquide ou aliment n'est nécessaire. De plus, le lait maternel contient les anticorps de la mère qui permettent de combattre les maladies. Le fait d'allaiter en lui-même stimule la bonne croissance de la bouche et des mâchoires, et la sécrétion des hormones de la digestion et de la satiété. L'allaitement crée un lien spécial entre la mère et l'enfant et l'interaction entre la mère et l'enfant pendant l'allaitement a des répercussions positives sur la vie, en termes de stimulation, de comportement, de discours, de sens du bien-être et de sécurité, et des rapport aux autres de l'enfant. L'allaitement maternel diminue également le risque de futurs problèmes chroniques comme l'obésité, le cholestérol élevé, l'hypertension artérielle, le diabète, l'asthme chez les enfants et les leucémies infantiles. Des études ont montré que les enfants allaités au sein réussissent mieux à l'âge adulte les tests d'intelligence et du comportement que les enfants allaités au biberon.

**Pratiquement toutes les mères peuvent allaiter**, à condition de recevoir un soutien, des conseils et des encouragements appropriés tout comme une aide pratique pour résoudre le moindre problème. Les études ont montré que le premier contact peau contre peau entre la mère et le bébé, l'allaitement au sein fréquent et sans restriction pour permettre la production continue de lait, et aider à bien positionner et attacher le bébé augmente les chances de succès de l'allaitement maternel.

**L'allaitement au sein contribue aussi à la santé maternelle** immédiatement après l'accouchement parce qu'il aide à réduire le risque d'hémorragie post-partum. À court terme, l'allaitement maternel retarde le retour de la fertilité et à long terme, il réduit le diabète de type 2 et les cancers du sein, de l'utérus et de ovaires. Les études ont également mis en lumière l'existence d'un lien entre l'arrêt précoce de l'allaitement maternel et la dépression post natale des mères.

ShareThis

RSS feed

Version imprimable

Envoyez cet article

### Ebola



Les enfants en Afrique de l'Ouest ont besoin de votre aide. Merci de donner ce que vous pouvez aujourd'hui.

### DONNEZ

#### Définitions essentielles de l'alimentation des nourrissons et des jeunes enfants

- **Allaitement exclusif** : le nourrisson reçoit uniquement du lait maternel (y compris le lait tiré de la mère ou provenant d'une nourrice) et rien d'autre, sauf des SRO (Sels de réhydratation orale), médicaments et vitamines et minéraux.
- **Alimentation mixte** : le nourrisson reçoit à la fois du lait maternel et d'autres aliments ou liquides comme l'eau, le lait non humain et des laits maternisés avant l'âge de six mois.
- **Alimentation artificielle** : le nourrisson est nourri seulement avec un substitut du lait maternel.
- **Lait artificiel** : le lait artificiel pour bébés est composé d'une variété de produits comme du sucre, du lait animal, du soja, et des huiles végétales. Ils sont généralement en poudre pour être mélangés avec de l'eau.
- **Substituts au lait maternel** : tout aliment commercialisé ou présenté de toute autre manière comme produit de remplacement partiel ou total du lait maternel, qu'il convienne ou non à cet usage
- **Aliment de complément** : l'enfant reçoit à la fois du lait maternel et des aliments des aliments tendres, semi-solides ou solides. Il n'est pas recommandé de fournir le moindre aliment tendre, semi-solide ou solide aux enfants de moins

## Les risques d'une alimentation mixte

de six mois.

L'alimentation mixte, ou le fait de donner aux nourrissons de moins de six mois d'autres liquides et/ou des produits alimentaires en plus du lait maternel, est répandue dans beaucoup de pays. Cette pratique peut cependant comporter un risque pour la santé du nourrisson parce qu'elle augmente le risque de diarrhées et d'autres maladies infectieuses. L'alimentation mixte, particulièrement en apportant de l'eau ou tout autre liquide, peut aussi causer une diminution de la production de lait maternel alors que le bébé tète le sein moins souvent. Les bébés n'ont pas besoin d'autre liquide que le lait maternel, pas même de l'eau, pendant les six premiers mois, car le lait maternel contient toute l'eau nécessaire aux besoins du nourrisson, même sous les climats très chauds.

L'alimentation mixte augmente le risque de transmission du VIH de la mère à l'enfant. L'allaitement au sein exclusif jusqu'à six mois était associé à une division par trois ou quatre du risque de transmission du VIH par rapport à une alimentation composée (lait maternel et autres aliments) dans plusieurs études africaines.

## Les risques d'une alimentation artificielle

Dans de nombreux pays il est impératif de renforcer « la culture de l'allaitement » et de la défendre vigoureusement contre les incursions de « la culture du biberon ». Beaucoup de mères ne pratiquent ni l'allaitement exclusif pendant les six premiers mois de la vie du bébé ni ne continuent d'allaiter pendant deux années ou au delà comme recommandé, et à la place remplacent le lait maternel par des substituts commerciaux du lait maternel ou par d'autres laits. L'alimentation artificielle est chère et entraîne des risques additionnels de maladies et de mortalité, en particulier là où les niveaux de maladie infectieuse sont élevés et l'accès à l'eau potable faible. Une alimentation de remplacement pose de nombreux défis pratiques aux mères des pays en développement, comme s'assurer que le lait maternisé est mélangé à de l'eau potable, que la dilution est correcte, de pouvoir se procurer régulièrement des quantités suffisantes de formule lactée et que les ustensiles pour l'alimentation, particulièrement si l'on utilise des bouteilles, puissent être correctement nettoyés.

**Le lait maternisé ne constitue pas un substitut acceptable du lait maternel** car dans sa meilleure formule, il remplace seulement la plupart des composants nutritionnels du lait maternel : c'est seulement de la nourriture, là où le lait maternel est un fluide nutritionnel complexe contenant des anticorps, des enzymes, des acides gras à longue chaîne et des hormones, dont beaucoup ne peuvent simplement pas être ajoutés aux formules de laits artificiels. Bien plus, dans les tous premiers mois, il est difficile pour les intestins du bébé d'absorber autre chose que le lait maternel. Même une alimentation à base de lait artificiel ou d'autres produits alimentaires peut causer des blessures aux intestins, qui prendront des semaines pour guérir.

Le problème majeur tient aux **pressions sociales et commerciales** qui poussent à arrêter l'allaitement maternel, comme un marketing et une promotion agressifs de la part des producteurs de lait pour nourrissons. Ces pressions sont trop souvent aggravées par les agents de santé qui délivrent un avis médical erroné du fait qu'ils n'ont pas les bonnes compétences ni reçu une formation dans le soutien des mères allaitantes. De plus, beaucoup de femmes doivent reprendre leur travail immédiatement après l'accouchement, et qui sont confrontées à de nombreux défis et pressions qui souvent les conduisent à arrêter rapidement l'allaitement exclusif. Les femmes qui travaillent ont besoin d'être soutenues, ce qui comprend des mesures législatives, afin de leur permettre de continuer à allaiter.

## L'action de l'UNICEF

L'UNICEF soutient les pays pour mettre en oeuvre les actions prioritaires soulignées dans la Stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant. L'accent dans les pays est mis sur cinq domaines majeurs :

- 1. Au niveau national** : s'assurer non seulement de la mise en place de politiques et de législations appropriées, mais aussi que celle-ci soient mises en oeuvre et bien appliquées. Cela comprend un soutien :
  - au développement et à la mise en oeuvre nationale de politiques et de cadres stratégiques pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant,
  - au développement et à la mise en oeuvre des programmes pour rendre la stratégie opérationnelle,
  - à l'élaboration et la mise en oeuvre d'une législation appropriée (telle que le [Code international de commercialisation des substituts du lait maternel](#) et d'une législation de protection de la maternité).
  - Encourager et faciliter les partenariats stratégiques publics et privés avec les autres acteurs internationaux et nationaux chargés de l'amélioration de l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant.
- 2. Niveau du système de santé** : une aide est apportée pour mettre en oeuvre des interventions dans le système de santé, comme les Dix étapes de l'allaitement maternel réussi et l'[Initiative Hôpitaux amis des bébés](#) (IHAB), les Programmes d'études, la formation et l'assistance des agents de santé et des systèmes d'information de santé. Les ressources, conjointement produites avec l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), comprennent le [Cours de formation de l'IHAB](#) et le Cours intégré sur le Conseil en matière d'alimentation du nourrisson et du jeune enfant (IYCF).
- 3. Niveau Communautaire** : un soutien est apporté à l'alimentation au niveau communautaire et aux activités de soutien des mères impliquant par exemple des agents de santé communautaires, des conseillers non spécialistes et des groupes d'entraide entre mères.
- Les activités de **communication et de plaidoyer** sur l'allaitement maternel sont également des éléments essentiels des activités de soutien de l'UNICEF. La [Semaine mondiale de l'allaitement](#) est un événement annuel de plaidoyer célébré dans le monde avec le soutien de l'UNICEF, de l'OMS et d'autres partenaires.
- 5. L'alimentation du nourrisson et du jeune enfant dans des conditions particulièrement difficiles** : l'UNICEF appuie les interventions destinées à répondre à [l'alimentation des nourrissons dans les urgences](#) et [l'alimentation des nourrissons dans un contexte de VIH/SIDA](#).

L'allaitement sauve plus de vies qu'aucune autre action préventive !

---

## L'UNICEF

[Page d'accueil](#)  
[Qui nous sommes](#)  
[Notre action](#)  
[Où nous agissons](#)  
[Centre de presse](#)  
[Statistiques](#)

## L'UNICEF et L'ONU

[Les organismes du système des Nations Unies](#)  
[Objectifs du millénaire pour le développement](#)

## En savoir plus

[Conseil d'administration de l'UNICEF](#)  
[Approvisionnements et logistique](#)  
[Publications](#)  
[Bureau de l'audit interne](#)  
[Programme de développement pour l'après-2015](#)

## Partenaires

[Partenariats publics](#)  
[Partenariats d'entreprise](#)  
[La Société civile et l'UNICEF](#)  
[L'UNICEF et l'Union européenne](#)  
[Une promesse renouvelée](#)  
[Initiative mondiale pour l'éducation avant tout](#)  
[L'Initiative des Nations Unies pour l'éducation des filles \(UNGEI\)](#)

## Connection et abonnement

[Flux RSS](#)  
[Podcasts](#)  
[Vodcasts](#)  
[Toutes les actualités récentes](#)

---

[À propos de l'UNICEF](#) [Contactez-nous](#) [Informations légales](#)

[FAITES UN DON](#)