

## a. Les bienfaits de l'allaitement maternel

### MODULE 4

L'allaitement maternel offre plusieurs avantages pour la mère et son bébé. Les connaissez-vous? Voici quelques raisons pour lesquelles votre lait est ce qu'il y a de mieux pour votre bébé et pour vous.

LES BIENFAITS DE L'ALLAITEMENT MATERNEL	
Idéal pour le bébé	Idéal pour la mère
• <b>Représente le meilleur aliment pour le bébé, toujours frais et prêt.</b>	• Favorise l'établissement de liens affectifs et l'attachement entre la mère et son bébé.
• <b>Aide à prévenir la constipation.</b>	• Aide l'utérus à reprendre sa taille normale après l'accouchement.
• <b>Augmente la protection contre les maladies comme le diabète infantile.</b>	• Aide à protéger contre le cancer du sein et des ovaires.
• <b>Augmente la protection contre les infections d'oreille, des poumons et de l'estomac.</b>	• Contribue à renforcer les os.
• <b>Augmente la protection contre les allergies, s'il y a des antécédents d'allergies dans la famille.</b>	• Permet d'utiliser le gras supplémentaire accumulé durant la grossesse.
• <b>Peut augmenter la protection contre le syndrome de mort subite du nourison, également appelé mort au berceau.</b>	• Permet d'économiser du temps, car il n'y a pas de biberons à préparer.
• <b>Favorise un bon développement de la mâchoire et des dents.</b>	• Ne produit aucun déchet; il n'y a aucun emballage de préparation pour nourrissons et de biberons à jeter.
• <b>Aide au développement du cerveau.</b>	• C'est pour l'environnement.

En plus de tous ces bienfaits, l'allaitement maternel est économique. Les préparations pour nourrissons coûtent cher. Faites tourner la roue pour découvrir comment vous pourriez profiter des économies réalisées si vous choisissez de ne pas acheter de préparations pour nourrissons.



