

b. Prenez une décision éclairée à propos de l'alimentation de votre bébé

MODULE 8

La décision quant au mode d'alimentation de votre bébé est l'une des plus importantes que vous prendrez comme parent. Pour prendre une décision éclairée, vous devez avoir toute l'information dont vous avez besoin sur ce qui convient le mieux à votre famille.



Afin de faire un choix éclairé au sujet de l'alimentation de votre bébé, vous devriez savoir ce qui suit :

- Les avantages de l'allaitement pour le bébé, la mère, la famille et la collectivité
 - **Bon pour bébé :**
 - Le lait maternel est le meilleur aliment à donner au bébé, toujours frais et prêt sur demande
 - Il aide à prévenir la constipation
 - Il peut améliorer la protection contre certaines maladies telles que le diabète infantile
 - Il protège davantage bébé contre les otites, bronchites et gastro-entérites
 - Il accroît la protection contre les allergies s'il y a des cas d'allergies dans la famille
 - Il peut améliorer la protection contre le syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN), également appelé mort au berceau
 - Il favorise un bon développement des mâchoires et des dents
 - **Bon pour maman :**
 - Il favorise l'intimité et le contact physique avec le bébé
 - Il aide l'utérus à reprendre sa taille normale après l'accouchement
 - Il aide à contrôler les saignements après l'accouchement
 - Il aide à protéger contre le cancer du sein et des ovaires
 - Il aide à préserver des os solides
 - Il facilite la perte du surplus de poids pris pendant la grossesse
 - Il représente une économie d'argent; les préparations lactées coûtent cher
 - Il représente une économie de temps; pas de préparations lactées ni de biberons à préparer
 - Il ne produit pas de déchets; pas d'emballages de préparations lactées ni de sacs pour biberon à jeter aux poubelles

- Les risques pour la santé et les coûts des préparations lactées

- Les méthodes contraceptives compatibles avec l'allaitement (ottawa.ca/fr/residents/sante-publique/grossesse-et-bebes/allaitement-et-les-methodes-contraceptives)

• Les femmes ont droit à des mesures d'adaptation en milieu de travail pendant la grossesse et

A New Life - New-Brunswick - Copyright 2015

lorsqu'elles allaitent (www.ohrc.on.ca/fr/la-grossesse-et-lallaitement-brochure)

- Une fois que vous avez mis un terme à l'allaitement, il est difficile de renverser votre décision

Visitez ce lien pour en savoir plus sur l'allaitement.

(http://www2.gnb.ca/content/gnb/fr/ministeres/bmhc/gens_en_sante/content/...)

Risques liés aux préparations lactées

Bébé risque davantage :

1. D'avoir des otites, des bronchites et des infections urinaires
2. D'avoir la diarrhée
3. D'avoir une inflammation de l'estomac et des intestins
4. D'être victime du syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN)
5. De faire de l'obésité
6. D'avoir des caries
7. De développer certains cancers infantiles

Maman risque davantage d'avoir :

1. Des saignements après l'accouchement
2. Le cancer du sein, des ovaires et de l'utérus
3. Des os fragiles

Autres :

1. Les préparations lactées ne changent pas pour répondre aux besoins du bébé en croissance
2. Elles sont moins pratiques parce qu'il faut plus de temps pour stériliser le matériel et les préparer
3. Il est possible de faire des erreurs lors de leur préparation
4. Il y a des risques de contamination pendant la fabrication et le traitement

Si vous avez décidé en toute connaissance de cause de donner du substitut du lait maternel à votre bébé, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé ou votre bureau local de la santé publique (www.gnb.ca/santépublique, cliquez Centres de la santé publique). Demandez des renseignements sur la stérilisation, la préparation, l'entreposage et les substituts du lait maternel.

Demandez des renseignements sur la stérilisation, la préparation, l'entreposage et les substituts du lait maternel.