



Allaiter un bambin : quelle drôle d'idée !

Feuillet Newman n° 21 – source Leche League

Maintenant que l'allaitement concerne de plus en plus de bébés, les parents sont aussi de plus en plus nombreux à constater que l'allaitement leur plaît suffisamment pour souhaiter le prolonger au-delà des quelques premiers mois initialement prévus. L'Organisation mondiale de la Santé et l'UNICEF encouragent depuis longtemps l'allaitement maternel jusqu'à deux ans et plus, et l'American Academy of Pediatrics encourage maintenant l'allaitement maternel pendant au moins un an et au delà, aussi longtemps que le désirent les parents. Même la Société Canadienne de Pédiatrie, dans sa dernière déclaration à ce sujet, reconnaît que les parents peuvent vouloir poursuivre l'allaitement pendant deux ans ou plus, et Santé Canada a publié une déclaration semblable à celles de l'OMS et de l'UNICEF. Jusqu'à récemment, dans l'histoire de l'humanité, on allaitait souvent les enfants jusqu'à trois ou quatre ans dans une grande partie du monde, et l'allaitement des bambins est encore chose courante dans bien des sociétés.

Pourquoi poursuivre l'allaitement au-delà de six mois ?

Parce que souvent, les mères et les enfants adorent ça. Pourquoi mettre un terme à une relation agréable ? De plus, la poursuite de l'allaitement est bénéfique pour la santé et le bien-être des parents et de l'enfant.

Mais on dit que le lait maternel n'a plus d'avantages après six mois

C'est peut-être ce qu'on dit, mais c'est faux. Le fait que quiconque (y compris les pédiatres) puisse dire une chose pareille ne fait que montrer l'étendue de l'ignorance de bien des gens dans notre société au sujet de l'allaitement maternel. Le lait maternel est, après tout, du lait. Même après six mois, il contient encore des protéines, des graisses et d'autres éléments qui sont importants et appropriés pour la nutrition, et qui répondent aux besoins des bébés et des enfants. Le lait maternel contient encore les facteurs immunologiques qui aident à protéger l'enfant, même s'il a 2 ans ou plus. En fait, certains facteurs immunologiques du lait maternel sont présents en plus grande quantité pendant la deuxième année que pendant la première. Ce qui est une bonne chose dans la mesure où les enfants de plus de 1 an sont en général exposés à plus de sources d'infection. Le lait maternel contient aussi des facteurs de croissance qui contribuent au développement et à la maturation du système immunitaire, ainsi qu'à celle du cerveau, des intestins et d'autres organes.

On a prouvé que, parmi les enfants qui sont gardés dans un mode d'accueil, les infections sont moins nombreuses et moins graves chez ceux qui sont encore allaités. Par conséquent, les parents perdent moins de jours de travail lorsque l'allaitement se poursuit après le retour au travail. Il est intéressant de constater que les fabricants de laits artificiels (une pâle copie du lait maternel) poussent l'utilisation de leur produit jusqu'à l'âge de 1 an et maintenant même pendant trois ans, tout en disant que le lait maternel (que le lait artificiel tente de copier) ne vaut la peine d'être donné que jusqu'à 6 mois ou même moins longtemps (« la meilleure nutrition pour les nouveau-nés »). Malheureusement, c'est un refrain que de trop nombreux professionnels de la santé ont repris en chœur.

J'ai entendu dire que si j'allait plus de six mois, les facteurs immunologiques du lait empêcheront mon bébé de développer son propre système immunitaire...

C'est également faux, voire absurde. On a peine à croire que tant de gens dans notre société transforment en inconvénients les bienfaits de l'allaitement maternel. On donne des vaccins aux bébés pour qu'ils puissent se protéger contre de vraies infections. Le lait maternel aide aussi l'enfant à se défendre contre des infections. Quand il les combat, il y devient résistant. Naturellement.

Mais je veux que mon bébé soit autonome...

Et l'allaitement maternel rendrait les bébés dépendants ? N'en croyez pas un mot. L'enfant allaité jusqu'à ce qu'il se sevrer de lui-même (entre 2 et 4 ans habituellement) est en général plus autonome et, plus important encore peut-être, plus sûr de lui dans son indépendance. Il a reçu réconfort et sécurité au sein, jusqu'à ce qu'il soit prêt à se sevrer. Quand il franchit cette étape, il sait qu'il a réussi quelque chose, qu'il a fait un pas en avant. C'est un des jalons de sa vie.

Souvent, on pousse les enfants à devenir « indépendants » trop rapidement. À dormir seuls trop tôt, à être sevrés trop tôt, à se passer de leurs parents trop tôt, à tout faire trop tôt. Ne les poussons pas, ils deviendront autonomes bien assez vite. Pourquoi se presser ? Bientôt, ils quitteront leurs parents. Vous serez étonnés de voir combien le temps passe vite.

Lorsqu'un besoin est satisfait, il passe. Lorsqu'il ne l'est pas (comme celui d'être allaité et d'être près de maman), le besoin demeure tout au long de l'enfance et même l'adolescence.

Bien entendu, l'allaitement maternel peut, dans certains cas, servir à encourager une dépendance excessive. Mais on peut en dire autant de l'alimentation et de l'apprentissage de la propreté. Le problème est ailleurs, pas dans l'allaitement.

Que dire d'autre ?

Malgré leur importance, les bienfaits nutritionnels et immunologiques de l'allaitement maternel d'un bambin n'en sont pas l'aspect le plus important. Je crois que ce qui compte le plus dans l'allaitement d'un bambin, c'est la relation spéciale qu'il permet. L'allaitement maternel est un geste d'amour porteur de vie. Cela se poursuit lorsque le bébé devient bambin. Toute personne sans préjugés qui observe l'allaitement d'un bébé déjà grand ou d'un bambin peut témoigner de la magie de ce geste tout particulier, qui transcende la simple alimentation. Un bambin qu'on allaite peut soudainement éclater de rire, sans raison apparente. Le plaisir que lui donne le sein n'est pas seulement alimentaire. Et si la mère se le permet, l'allaitement sera pour elle aussi une source de plaisir, et pas seulement parce qu'elle nourrit son enfant. Évidemment, ce n'est pas toujours facile, mais qu'est-ce qui l'est ? Quand tout va bien, toutes les difficultés sont oubliées.

Et si l'enfant tombe malade ou s'il se blesse (ce qui arrive nécessairement quand il rencontre d'autres enfants et qu'il devient plus audacieux), quel moyen plus simple de le réconforter que de lui offrir le sein ? Je me souviens de nuits aux urgences où les parents promenaient leurs bébés malades ou non allaités dans les couloirs en essayant, souvent sans succès, de les consoler, tandis que les bébés au sein étaient apaisés, sinon soulagés.

L'allaitement permet un réconfort mutuel.

Traduction du feuillet n° 21, « Toddler Nursing – Why on Earth? »

Révisé en juin 2017

Dr Jack Newman, MD, FRCPC © 2005

Version française, mai 2005, par Stéphanie Dupras, IBCLC, RLC. Révisée en novembre 2017 par Vanessa Lasne, animatrice LLL.

Texte d'origine: <http://ibconline.ca/information-sheets/breastfeed-a-toddler-why-on-earth/>

Peut être copié et diffusé sans autre autorisation, à condition qu'il ne soit utilisé dans aucun contexte où le Code international de commercialisation des substituts du lait maternel de l'OMS est violé.