

# AVANTAGES DE L'ALLAITEMENT MATERNEL

## POUR BÉBÉ - PENDANT L'ALLAITEMENT

Diminution du nombre :

- des infections du tube digestif (gastroentérite, entérocolites nécrosantes)
- des infections des voies respiratoires
- des infections des voies urinaires
- des otites
- des méningites et bactériémies

Diminution du risque de mortalité de 28j à 1an (mort subite, infection et accident).

## POUR BÉBÉ - À LONG TERME

- Diminution de l'obésité si allaitement > 6 mois
- Diminution du risque de diabète de type I (insulinodépendant)
- Diminution du risque d'hypertension artérielle et donc des maladies cardiovasculaires
- Diminution de l'hypercholestérolémie
- Diminution du risque de leucémie aigüe chez l'enfant
- Diminution du risque de lymphomes hodgkiniens
- Diminution des autres cancers infantiles

- Diminution du cancer du sein pré et post-ménopause
- Diminution maladies atopiques et asthme si allaitement exclusif de 3 mois
- Augmentation du développement cognitif (QI) tôt dans l'enfance et pendant adolescence, augmentation en rapport avec la durée de l'allaitement. Les bébés de petits poids profitent plus de l'allaitement que ceux de poids normal (augmentation plus marquée du QI)
- Meilleur développement moteur et psychomoteur
- Diminution des caries dentaires

## POUR LES MÈRES

- Augmentation de la perte de poids (l'allaitement nécessite 600kcal les 6 premiers mois et +/- 400kcal après)
- Contraception naturelle : méthode MAMA (contraception naturelle si pas de règles, bb de - de 6 mois et allaitement exclusif)
- Protection contre l'anémie
- Diminution de cancer du sein en pré-ménopause proportionnellement à la durée de(s) l'allaitement(s)
- Diminution du cancer ovarien
- Diminution de l'arthrite rhumatoïde si allaitements cumulés > 12 mois

## POUR LA FAMILLE

- Economie (prix du lait) +/- 60€ / mois
- Economie en frais médicaux et pharmaceutiques
- Facilité d'emploi, toujours prêt, à bonne température et « Safe »
- « Oblige » la maman à s'arrêter plusieurs fois par jour et donc à se reposer
- Rapprochement mère-bébé

## POUR LA SOCIÉTÉ

- Économie au niveau santé publique car diminution des maladies chez les bébés, diminution de l'absence des mères au travail
- Pas de traitement des déchets des contenants de lait artificiel

### Références

Biologie de l'allaitement - M Beaudry - S Chasson - J Lauzière - Presses de l'université du Québec 2011