



Ne pas jeter sur la voie publique

L'Allaitement Maternel

"Unono ya mama na moina zaza"



Premier Lait !

Dès la naissance, le sein produit du **COLOSTRUM**.

C'est le **premier lait** transparent ou jaune/orangé présent en toute petite quantité, mais **extrêmement nourrissant** et suffisant **pour le bébé**.

Le **colostrum** transmet des **anticorps** à l'enfant pour le **protéger des infections**, **faciliter la croissance** des organes, et l'aider à éliminer les premières selles

Sa **composition s'adapte parfaitement** aux besoins du nouveau-né.

Le **colostrum** mérite vraiment son deuxième nom : **l'or liquide** !

"Unono ya mama na moina zaza"



Renforce le lien avec mon enfant

Allaiter ne sert pas seulement à nourrir le bébé, mais répond aussi à ses autres besoins **de chaleur, d'amour et de sécurité.**

La relation intime qui unit la mère et son bébé pendant la grossesse se poursuit après la naissance. L'allaitement renforce **cette relation exceptionnelle qui lie l'enfant à sa mère.**

La proximité favorise **le lien mère-enfant** et **facilite le maternage.**

Ce lien physique et émotionnel développe la confiance en soi.

"Unono ya mama na moina zaza"



Pour un meilleur éveil de mon enfant

L'odeur du **liquide amniotique** dans lequel le bébé a baigné pendant 9 mois et celle du sein se ressemblent. C'est ainsi que le nouveau-né est guidé jusqu'au sein de sa mère, et développe la compétence de la tétée.

La proximité, les odeurs, le réconfort, réduisent le stress du bébé. Cela permet un meilleur sommeil durant lequel le système nerveux se développe plus activement.

"Unono ya mama na moina zaza"



C'est Où et Quand il veut !

Les tétées ne se programment pas car elles correspondent au rythme de l'enfant qui grandit et évolue.

L'allaitement maternel à l'éveil permet de répondre à ses besoins facilement en lui proposant le sein à n'importe quelle heure et peu importe où l'on se trouve.

"Unono ya mama na moina zaza"



L'allaitement à tout âge

Il n'y a pas d'âge limite pour que l'enfant arrête de prendre le sein, mais il faut savoir que **le sevrage naturel d'un enfant** se situe entre **2 ans et 7 ans** !

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) recommande l'allaitement exclusif jusqu'aux 6 mois de l'enfant et encourage l'allaitement jusqu'au moins 2 ans.

Chez la maman, l'allaitement réduit les risques de cancer du sein et de maladies chroniques : diabète, hypertension, accident vasculaire cérébrale (AVC)...

Selon l'OMS, les enfants nourris au sein ont moins de risque de développer une obésité à l'adolescence.

"Plus l'allaitement est long, plus ces risques diminuent".

"Unono ya mama na moina zaza"



Même Quand je suis absente

*"Je dois reprendre le travail, je ne peux plus allaiter mon enfant"
"Je n'ai plus de lait, je dois arrêter de donner le sein"*

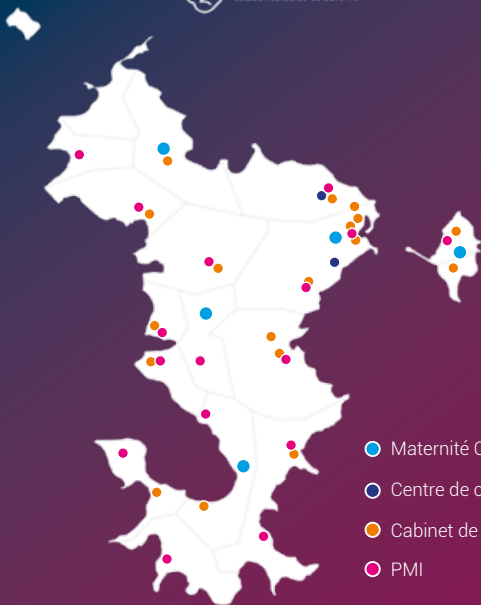
Vous avez déjà entendu ou dit ces phrases ?

Il est possible de **prévoir les moments de séparation** en tirant son lait, avec un tire-lait ou à la main : **c'est l'expression manuelle.**

Conservé au réfrigérateur, une autre personne pourra lui donner un biberon de lait maternel. **Il profitera ainsi de ses nombreux bienfaits.**

Tirer son lait est aussi **une très bonne façon de stimuler la montée laiteuse.**

"Unono ya mama na moina zaza"



- Maternité CHM
- Centre de consultation CHM
- Cabinet de sage-femme
- PMI

Contactez-nous :
0269 62 28 15

Impasse Saïd Hassani M'Nagnochi - Quartier Boboka - 97600 MAMOUDZOU

L'**allaitement maternel** est ce que **vous pouvez offrir de meilleur à votre enfant**. Retrouvez des conseils adaptés auprès des professionnels de la périnatalité dans les maternités, les centres de consultation (CHM), les **centres de protection maternelle et infantile (PMI)** et auprès des **professionnels de santé libéraux**. Ils vous accompagneront dès la grossesse et tout le long de votre allaitement.

Le réseau périnatal de Mayotte – **REPEMA** – rassemble les professionnels de santé de Mayotte mobilisés autour de la femme enceinte, du couple et de l'enfant.