

MYTHES ET IDÉES FAUSSES SUR L'ALLAITEMENT MATERNEL



Zacharias Abubeker/Save the Children

OBJECTIFS DE LA SÉANCE

À la fin de cette session, vous serez en mesure de :

- Reconnaître les mythes et les idées fausses sur l'ANJE qui surviennent/se propagent couramment pendant les urgences et comprendre leurs origines.
- Utiliser les faits, la recherche scientifique pour lutter contre les mythes courants, les idées fausses et les pratiques alimentaires néfastes.

Mythes et idées fausses sur les pratiques d'allaitement maternel



Activité de groupe



Croyances et mythes liés à l'allaitement

les croyances qui ont un effet positif sur l'allaitement

les croyances qui ne présentent pas un obstacle pour l'allaitement
(neutre)

les croyances qui ont un effet négatif sur l'allaitement

« Les mères malnutries ne peuvent pas allaiter »

FAUX

- Les mères malnutries peuvent allaiter.
- La malnutrition modérée n'a peu ou pas d'effet sur la production de lait.
- Comment aider: Fournir une alimentation et des liquides supplémentaires pour restaurer leurs réserves.
- « Nourrir la mère et la laisser nourrir le bébé. »

« Le stress empêche la mère de produire du lait »

FAUX

- Le stress peut temporairement affecter le débit de lait.
- Comment aider: Fournir un environnement sans stress aux mères (*créer un lieu sécurisé, consulter un travailleur social ou psycho social*)
- ET Laisser le bébé téter pour que le débit de lait reprenne.
- le stress de la mère ne peut pas être transmis au nourrisson à travers le lait **mais son comportement !**

« La mère doit continuer à allaiter si son bébé a la diarrhée »

VRAI

- Ne pas arrêter l'allaitement si le bébé a la diarrhée.
- Les anticorps présents dans le lait maternel aident le bébé à lutter contre la diarrhée et d'autres maladies.
- Le lait maternel est plus facilement absorbé que le lait artificiel et peut contribuer à maintenir la nutrition/l'hydratation du bébé.
- Les autres liquides peuvent être contaminés, ce qui peut causer plus de maladies et de diarrhée.

« Par temps chaud, les bébés de moins de six mois ont besoin d'un apport supplémentaire en liquide, tel que le thé ou l'eau »

FAUX

- Le lait maternel fournit tous les liquides dont a besoin un bébé de moins de six mois, même par temps chaud.
- Tout apport supplémentaire en liquide et/ou l'utilisation de biberon et de tétine peut interférer avec la tétée et réduire la production de lait maternel.

« Le premier lait ne doit pas être donné au nouveau-né »

FAUX

- Le colostrum, le premier lait, est une source initiale de nutriments.
- Le colostrum fournit une protection contre les infections.

« Le lait maternel disparaît » « Au bout de quelques semaines ou mois, les mères n'ont plus de lait »

FAUX

- Le lait maternel ne disparaît pas si le bébé tète fréquemment.
- La production de lait maternel diminue en raison d'interférences avec la fréquence des tétées.

« L'allaitement peut recommencer même si la mère n'a pas allaité depuis longtemps »

VRAI

- En général, les mères peuvent reprendre la lactation (relactation).
- Recommencer à allaiter demande un soutien qualifié et de la volonté, particulièrement dans les situations d'urgence.

« Le lait infantile est meilleur pour les bébés. Il les font grossir et les rend plus intelligents »

FAUX

- Le lait infantile n'est JAMAIS aussi bon que le lait maternel.
- Son utilisation peut avoir des effets indésirables sur la santé de la mère et du nourrisson.
- Elle n'est justifiée que dans certaines circonstances spécifiques.
- Cette idée fausse est un argument de vente des producteurs de lait infantile.

« Une mère à nouveau enceinte ne peut pas continuer à allaiter son premier enfant »

FAUX

- Une mère enceinte peut continuer à allaiter son bébé pendant sa grossesse et après la naissance du nouveau bébé.
- L'allaitement ne va pas nuire au développement du fœtus et sera bénéfique à l'enfant allaité.

« Les femmes enceintes et les mères allaitantes doivent avoir un régime alimentaire varié »

VRAI

- Une mère allaitante a besoin d'un régime alimentaire varié, plus encore qu'avant sa grossesse, ainsi que de beaucoup d'eau.

« Si un nourrissons pleure et/ou tête tout le temps, c'est qu'il doit avoir faim »

FAUX

- Les bébés pleurent pour des raisons différentes, en particulier dans une situation d'urgence.
- Allaiter plus souvent nourrira le bébé, tout en calmant le bébé et la mère.
- Ils ont des « pics de croissance », ce qui veut dire que, de temps en temps, ils tèteront plus souvent.
- Ils peuvent aussi téter plus souvent à certains moments de la journée, c'est ce qu'on appelle des « tétées rapprochées ». C'est tout à fait normal !
- Autres raisons : coliques ? Nourriture de la mère ? Bébé nécessitant beaucoup d'attention ?

« La mère doit essayer de continuer à allaiter, même si ses mamelons sont douloureux ou si elle souffre d'une mastite »

VRAI

- Les mamelons douloureux et les mastites sont principalement causés par une mauvaise prise du sein et position. La mère a besoin d'aide pour les corriger.
- Elle devra peut-être exprimer son lait si la tétée est trop douloureuse.

« Les dons de lait infantile peuvent compromettre l'allaitement »

VRAI

- Les dons et la distribution non ciblée de lait infantile peuvent miner la confiance et la motivation des mères à allaiter.
- Le recours au lait infantile réduira la lactation.

« Les mères doivent arrêter d'allaiter si elles sont malades. »

FAUX

- L'allaitement contient des anticorps luttant contre les infections maternelles (passées et présentes).
- Les anticorps sont transmis au bébé par le biais du lait maternel et le protégeront des maladies.
- La mère et l'enfant ne doivent pas être séparés.

« Les mères en situation de handicap ne doivent pas allaiter sous peine de contaminer l'enfant »

FAUX

- Le handicap n'est pas contagieux
- Ce sont des mères les autres confrontées à des difficultés parfois supplémentaires pour allaiter (positionnement)
- Cela participe à diminuer la stigmatisation des mères en situation de handicap dans la communauté

Activité de groupe

Avez-vous rencontré d'autres idées fausses dans votre contexte ?



MERCI!