

SEMAINE MONDIALE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL (SMAM) 2024

Testez vos connaissances !

Quiz

QUESTION 1. SELON VOUS, À QUI L'ALLAITEMENT MATERNEL APPORTE - T-IL DES BÉNÉFICES POUR LA SANTÉ ?

A. Aux nouveau-nés pendant la durée de l'allaitement

B. Aux nouveau-nés pendant la durée de l'allaitement et au delà

C. Aux mères allaitantes

QUESTION 2. QUELLE EST LA DURÉE RECOMMANDÉE PAR L'OMS* POUR L'ALLAITEMENT MATERNEL ?

A. 6 mois

B. 1 an

C. 2 ans

QUESTION 3. COMMENT L'ALLAITEMENT CONTRIBUE-T-IL À RÉDUIRE LES INÉGALITÉS ?

A. En améliorant la nutrition des enfants

B. En réduisant les risques de maladies infantiles courantes

C. En réduisant les coûts pour les familles

QUESTION 4. LA RÉUSSITE DE L'ALLAITEMENT REPOSE SUR :

A. La maman uniquement

B. Les deux parents

C. L'entourage

*OMS (Organisation Mondiale de la Santé)

SEMAINE MONDIALE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL

RÉPONSES

(SMAM) 2024

1. Bénéfices : B et C

L'allaitement maternel protège la santé des enfants lorsqu'ils sont bébés et pour plusieurs années :

- Protection contre les microbes grâce aux anticorps de la maman : le bébé n'ayant pas encore un système immunitaire bien développé, il profite de celui de sa maman, grâce à son lait
- Protection contre les allergies : le lait maternel contribuerait à réduire le risque d'allergie des enfants qui sont prédisposés au niveau familial
- Prévention de l'obésité : les bébés allaités semblent moins exposés au risque d'obésité pendant l'enfance et l'adolescence
- Protection contre d'autres maladies : les bébés allaités ont moins de risque de développer de l'asthme et du diabète de type 1

L'allaitement maternel protège aussi la santé des mamans allaitantes :

- L'allaitement accélère les contractions de l'utérus, lui permettant de reprendre sa place rapidement après l'accouchement
- Il diminue les risques de certains cancers, comme celui du sein et de l'ovaire
- Il diminue les risques d'hypertension artérielle et de diabète de type 2

2. Durée recommandée : A

L'OMS* recommande un allaitement maternel exclusif jusqu'aux 6 mois de l'enfant, et encourage la poursuite de l'allaitement (avec une alimentation complémentaire appropriée) jusqu'à 2 ans voire au delà.

*OMS (Organisation Mondiale de la Santé)

3. Réduction des inégalités : A, B et C

L'allaitement est une fonction naturelle du corps et donne la meilleure alimentation accessible à tous les enfants :

- Le lait maternel apporte aux bébés tout ce qu'il leur faut pour bien grandir : anticorps, vitamines, sels minéraux... le tout en justes quantités
- Le lait maternel évolue constamment pour s'adapter aux enfants : sa composition varie au cours de la tétée, en s'enrichissant en graisses au fur et à mesure que le sein se vide ou lorsque les tétées se rapprochent, mais aussi au cours de la journée et au fil des mois

En favorisant la santé des enfants (protection contre divers problèmes de santé : infections, diarrhée ...), l'allaitement réduit les motifs de consultation et permet de faire des économies liées aux soins. Il réduit également les coûts liés à l'achat des préparations infantiles.

4. Réussite de l'allaitement : B et C

L'allaitement maternel ne concerne pas seulement la maman.

La réussite du projet demande un environnement favorable.

Le partenaire joue ici un rôle essentiel auprès du bébé et de la maman, tout comme un groupe familial soutenant.

L'appui des professionnels de santé prend également toute son importance dans le parcours de l'allaitement.

N'hésitez pas à solliciter votre sage-femme et/ou médecin ainsi que le personnel de la maternité : ils sont là pour vous aider.

[En savoir plus](#)

"Le Guide de l'allaitement maternel"

Santé publique France

