

AGNES LAUCHER

vous répond



**Q :** Je vais bientôt accoucher et je n'arrive pas à me décider entre l'allaitement au sein et l'allaitement au biberon

Comme toute future maman, vous voulez bien faire pour votre bébé. Vous avez besoin de plus d'informations pour prendre une décision réfléchie. Je vous propose quatre axes de réflexion.

Commençons avec l'axe du contexte et de l'environnement dans lequel vous vivez. Etes-vous encouragée par votre famille, votre mari pour l'allaitement au sein ou l'allaitement au biberon ? Quel choix paraît le mieux convenir dans votre organisation et fonctionnement familial ?

Le deuxième axe concerne votre motivation.

Parfois de fausses croyances induisent une décision non pertinente.

En voici quelques unes : « allaiter fait mal », « allaiter abîme les seins », « les femmes des villes n'ont pas de lait », « les petites poitrines n'ont pas de lait », « je vais me fatiguer inutilement », « le lait peut ne pas être assez nourrissant », « je n'ai pas réussi l'allaitement pour l'aîné, donc ce n'est pas la peine d'essayer à nouveau », « dans notre famille personne n'arrive à allaiter », etc.

Sans fondement scientifique, ces affirmations n'ont aucune valeur. Vous pouvez apprendre ou réapprendre à nourrir votre bébé même si personne dans votre famille ne l'a fait et même si vous qualifiez un allaitement antérieur comme un échec.

Des motivations économiques peuvent conduire vers un l'allaitement maternel : celui-ci est bien moins onéreux que le biberon.

Des motivations pratiques existent aussi. Le lait maternel n'a pas besoin d'être chauffé : la réponse à la faim de votre bébé est donc plus rapide. Pourtant, la quantité de lait que boit votre bébé ne peut être visible et cela peut être facteur de crainte. Sachez que s'il ne pleure pas, c'est qu'il est satisfait. Par contre, au biberon, les tétées sont plus rapides et la quantité bue est bien visible.

Pour l'allaitement maternel, vous êtes la seule à pouvoir nourrir votre bébé. Votre emploi du temps est donc dépendant de votre bébé pour un certain temps. Vous pouvez vous sentir moins libre. De plus, c'est toujours vous qui devez nourrir votre enfant, même la nuit. Une alternative serait l'allaitement mixte.

Des motivations diététiques sont aussi invoquées. Les vertus nutritionnelles du lait maternel sont connues. Le bébé bénéficie de vos anticorps qui le protègent contre certaines maladies. Toutefois, par sa formule adaptée au nouveau-né, la composition du lait maternisé est proche de celui du lait maternel. Il répond donc aussi aux besoins nutritionnels du petit de l'homme. Beaucoup d'enfants qui se portent bien ont été nourris au biberon. Vous savez que vous ne condamnez pas votre bébé à dépérir avec le biberon.

Des motivations relationnelles peuvent aussi orienter le choix. Pendant l'allaitement maternel, le bébé est en contact direct avec votre corps ; il touche votre peau, il sent votre odeur, il entend battre votre cœur comme lorsqu'il séjournait dans votre utérus. Tous ces éléments sont des facteurs sécurisants pour votre bébé. Il y a donc échange d'énergie vitale qui se fait entre vous et votre enfant. Le bébé perçoit l'apaisement progressif de vos seins gonflés. Cela lui permet de relier sécurité, plaisir, satisfaction d'un besoin et effort couronné de succès. Toutefois, au biberon, la sécurité et le plaisir induits par la sensation de satiété font aussi partie du vécu du bébé.

Le troisième axe concerne l'apport scientifique.

Quelles sont les informations que vous avez sur l'allaitement et les laits maternisés ? Et si vous vous documentiez !

La réussite de l'allaitement se joue pendant les quelques heures qui suivent la naissance par la mise au sein précoce, même avant la délivrance du placenta. L'expulsion du placenta est alors plus rapide parce que les contractions sont plus fortes. L'absence de biberon et la mise au sein à la demande sont les garants pour une montée de lait efficace et la prévention de l'engorgement. A la naissance, le bébé se nourrit du colostrum et quelques gouttes lui suffisent : son estomac a la taille d'une noisette à la naissance ! Ne surchargez pas son estomac en rajoutant un biberon de lait par votre inquiétude. C'est la succion qui stimule la lactation par la voie hormonale et non votre régime ou la quantité de boisson. Si le nouveau-né réclame jusqu'à douze fois le sein, ne vous inquiétez pas. Sachez qu'il lui faut environ quatre semaines pour réguler l'allaitement. De plus, en allaitant pendant quelques semaines, l'utérus va retrouver sa place dans un meilleur délai.

A la maternité, si vous optez pour le biberon, il vous sera donné un médicament empêchant la montée laiteuse.

Biologiquement, vous avez la possibilité de nourrir votre enfant. C'est ainsi que vous êtes créée. Si vous vous trouvez dans de bonnes conditions, vous aurez vraisemblablement assez de lait pour nourrir votre bébé. Médicalement, les contre-indications sont exceptionnelles. Dans la réalité, peu de femmes ont trop de lait mais beaucoup n'en ont pas assez. Ce constat est lié aux facteurs externes ci-dessus tout comme à l'état psychologique de la mère.

La réflexion autour des conséquences constitue le quatrième axe.

En réalité, quel que soit votre choix, la construction du lien d'attachement sécurisant est favorisée si votre bébé est nourri à la demande.

Pour finir, j'aimerais vous dire que pour entrer dans des relations ajustées avec votre bébé, le plus important est que vous vous sentiez bien avec votre choix et que vous respectiez ses rythmes physiologiques.