

LES SAGE-FEMMES

ont une grande influence sur la décision d'une femme d'allaiter et sur le succès de son expérience d'allaitement. Les soins de qualité de sage-femme améliorent la survie, la santé et le bien-être de la mère et du nourrisson pendant les périodes prénatale, de naissance et postnatale.

AVANTAGES DE L'ALLAITEMENT

L'allaitement maternel est important car c'est un moyen peu coûteux de procurer la meilleure alimentation possible au bébé. Cela protège le bébé contre les maladies courantes à court et à long terme. Cela réduit le risque de cancer et d'autres maladies chez la mère. Ne pas allaiter représente un coût énorme tant pour les familles que pour les nations. L'allaitement maternel est également une décision intelligente pour le climat et un élément clé des objectifs de développement durable.

L'OMS et l'UNICEF recommandent :

- ▶ L'initiation précoce à l'allaitement maternel dans l'heure suivant la naissance.
- ▶ L'allaitement maternel exclusif pendant les six premiers mois.
- ▶ La poursuite de l'allaitement maternel jusqu'à l'âge de 2 ans ou plus, avec l'introduction d'aliments complémentaires (solides) adaptés et sûrs sur le plan nutritionnel dès 6 mois.



LA CHAÎNE CHALEUREUSE DE SOUTIEN À L'ALLAITEMENT MATERNEL : La Chaîne de soutien chaleureuse de WABA place la dyade mère-enfant au centre et respecte la chronologie des 1 000 premiers jours. Elle s'efforce de mettre en lien les différents acteurs en coordonnant les efforts à tous les niveaux afin de fournir une continuité des soins. Chaque acteur ou maillon de la Chaîne chaleureuse peut déjà faire partie d'une initiative existante. Avec des messages cohérents et des systèmes d'orientation appropriés tout au long de la chaîne de soutien, la dyade mère-bébé bénéficiera d'un appui continu et d'une assistance qualifiée. Ainsi toutes mères sont autonomisées par une expérience d'allaitement plus satisfaisante et plus efficace.

En tant que **SAGE-FEMME**, vous pouvez promouvoir l'allaitement de plusieurs façons

1. Discuter de l'allaitement maternel avec les jeunes dans le cadre de l'éducation à la santé de la reproduction.
2. Informer les mères et les familles avant la naissance sur les avantages et la gestion de l'allaitement maternel exclusif et continu, et sur ce qui se passe au moment de la naissance et juste après.
3. Permettre à la mère de connaître une expérience d'accouchement idéale :
 - ▶ Encourager un partenaire et/ou un compagnon de naissance à soutenir sa naissance.
 - ▶ Adopter une position préférentielle pendant le travail et l'accouchement.
 - ▶ Éviter les séparations et procédures médicales inutiles.
4. Encourager l'« heure d'or » :
 - ▶ Assurer un contact peau à peau immédiatement après l'accouchement.
5. Permettre un contact peau à peau ininterrompu pendant la première heure ou jusqu'à ce que le bébé tète.
6. Fournir des conseils qualifiés aux mères qui allaitent dans les premiers jours et pendant la période post-partum.
7. Donner aux mères des stratégies leur permettant de concilier allaitement et travail.
8. Travailler en collaboration avec d'autres pour assurer une continuité des soins à la dyade d'allaitement.
9. N'accepter aucun cadeau, échantillon, parrainage ou présentoir de préparations pour nourrissons, de biberons ou de tétines provenant d'entreprises.
9. Et vous comment pouvez-VOUS défendre, promouvoir et soutenir l'allaitement ?



World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



Cette fiche a été élaborée en collaboration avec la Confédération internationale des sages-femmes.



www.waba.org.my/warm-chain/