

Allaitement maternel exclusif: un étalon or

SUR, INTELLIGENT, DURABLE

Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel 1-7 Août



Latencia Materna - Ministerio de Salud Pública, Ecuador

Le Noeud d'Or est le symbole de la protection, promotion et du soutien pour l'allaitement maternel. Une boucle représente la mère, l'autre, son enfant. Le noud lui-même représente le père, la famille et la société qui joue un rôle primordial en créant un environnement soutenant pour l'allaitement maternel. La couleur d'or souligne que l'allaitement maternel est l'étalon or pour l'alimentation infantile. Le Noeud d'Or est une initiative conjointe de l'UNICEF et de WABA. Portez-le fièrement, et expliquez à tout le monde ses nombreuses significations ! Pour plus d'informations, visitez les sites <www.unicef.org> et <www.waba.org.my/forum2/goldenbow.html>.

<p>JANVIER</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<p>FEVRIER</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr> <tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr> <tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr> <tr><td>29</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29													
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
				1	2	3																																																																																						
4	5	6	7	8	9	10																																																																																						
11	12	13	14	15	16	17																																																																																						
18	19	20	21	22	23	24																																																																																						
25	26	27	28	29	30	31																																																																																						
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7																																																																																						
8	9	10	11	12	13	14																																																																																						
15	16	17	18	19	20	21																																																																																						
22	23	24	25	26	27	28																																																																																						
29																																																																																												
<p>MARS</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				<p>AVRIL</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30								
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
	1	2	3	4	5	6																																																																																						
7	8	9	10	11	12	13																																																																																						
14	15	16	17	18	19	20																																																																																						
21	22	23	24	25	26	27																																																																																						
28	29	30	31																																																																																									
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
				1	2	3																																																																																						
4	5	6	7	8	9	10																																																																																						
11	12	13	14	15	16	17																																																																																						
18	19	20	21	22	23	24																																																																																						
25	26	27	28	29	30																																																																																							
<p>MAI</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S	30	31					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	<p>JUIN</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30								
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
30	31					1																																																																																						
2	3	4	5	6	7	8																																																																																						
9	10	11	12	13	14	15																																																																																						
16	17	18	19	20	21	22																																																																																						
23	24	25	26	27	28	29																																																																																						
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
				1	2	3																																																																																						
4	5	6	7	8	9	10																																																																																						
11	12	13	14	15	16	17																																																																																						
18	19	20	21	22	23	24																																																																																						
25	26	27	28	29	30																																																																																							
<p>JUILLET</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> <tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr> <tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> <tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr> <tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							<p>AOÛT</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr> <tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr> <tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr> <tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
					1	2																																																																																						
3	4	5	6	7	8	9																																																																																						
10	11	12	13	14	15	16																																																																																						
17	18	19	20	21	22	23																																																																																						
24	25	26	27	28	29	30																																																																																						
31																																																																																												
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7																																																																																						
8	9	10	11	12	13	14																																																																																						
15	16	17	18	19	20	21																																																																																						
22	23	24	25	26	27	28																																																																																						
29	30	31																																																																																										
<p>SEPTEMBRE</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			<p>OCTOBRE</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> <tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr> <tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> <tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S	31					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
			1	2	3	4																																																																																						
5	6	7	8	9	10	11																																																																																						
12	13	14	15	16	17	18																																																																																						
19	20	21	22	23	24	25																																																																																						
26	27	28	29	30																																																																																								
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
31					1	2																																																																																						
3	4	5	6	7	8	9																																																																																						
10	11	12	13	14	15	16																																																																																						
17	18	19	20	21	22	23																																																																																						
24	25	26	27	28	29	30																																																																																						
<p>NOVEMBRE</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					<p>DECEMBRE</p> <table border="1"> <tr><td>S</td><td>M</td><td>T</td><td>W</td><td>T</td><td>F</td><td>S</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr> </table>	S	M	T	W	T	F	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
	1	2	3	4	5	6																																																																																						
7	8	9	10	11	12	13																																																																																						
14	15	16	17	18	19	20																																																																																						
21	22	23	24	25	26	27																																																																																						
28	29	30																																																																																										
S	M	T	W	T	F	S																																																																																						
				1	2	3																																																																																						
4	5	6	7	8	9	10																																																																																						
11	12	13	14	15	16	17																																																																																						
18	19	20	21	22	23	24																																																																																						
25	26	27	28	29	30	31																																																																																						

2004

L'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (World Alliance for Breastfeeding Action, WABA) est un regroupement d'individus, de réseaux et d'organisations qui protègent, promeuvent et soutiennent l'allaitement maternel en se basant sur la déclaration d'Innocenti, et la Stratégie Mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant (OMS/UNICEF). Ses partenaires sont La Leche League International (LLLI), International Lactation Consultant Association (ILCA), Wellstart International, Academy of Breastfeeding Medicine (ABM) et LINKAGES.

WABA, PO Box 1200
Penang 10850, Malaysia.

TEL: 604-658 4816
FAX: 604-657 2655
E-MAIL: secr@waba.po.my
WEBSITE: www.waba.org.my



WORLD ALLIANCE FOR
BREASTFEEDING ACTION

Allaitement maternel exclusif: un étalon or



SUR, INTELLIGENT, DURABLE



En 2002, l'OMS et l'UNICEF ont lancé la *Stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant* qui appelle les gouvernements et tous les responsables à: "faire en sorte que le secteur de la santé et les autres secteurs pertinents protègent, encouragent et soutiennent l'allaitement maternel exclusif pendant six mois et la poursuite de l'allaitement jusqu'à l'âge de deux ans ou au-delà, tout en donnant aux femmes l'accès aux moyens nécessaires – dans la famille, dans la communauté et au travail – pour y parvenir".

Cette année, la SMAM a comme objectif de stimuler les initiatives dans le monde pour que nous comprenions tous l'importance de l'allaitement exclusif et imaginions des initiatives pour rendre les mères capables d'y arriver. Le contexte de cette action est la nouvelle Stratégie Mondiale que de nombreux acteurs commencent à mettre en place.

Un allaitement maternel exclusif de six mois signifie que le nourrisson ne reçoit que du lait de sa mère, ou du lait de femme exprimé et recueilli, ou du lait d'une nourrice, et aucun autre aliment ni boisson à l'exception de vitamines, minéraux ou médicaments en sirop ou gouttes.

Après six mois, l'allaitement devrait se poursuivre jusqu'à deux ou au-delà, avec des aliments complémentaires. L'allaitement maternel exclusif est:

- ★ **SUR** car le lait humain contient des facteurs protecteurs qui favorisent la prévention d'infections, comme les diarrhées et les pneumonies, et réduit le risque d'allergie, particulièrement d'asthme.
- ★ **INTELLIGENT** car les nutriments présents dans le lait maternel sont en quantité idéale et d'une qualité parfaitement adaptée. Les préparations pour nourrissons et les autres aliments contiennent des nutriments qui diffèrent en quantité et surtout en qualité.
- ★ **DURABLE** car il participe à la sécurité alimentaire du foyer. Aussi longtemps que la mère ou la nourrice sont là, le lait est disponible. Une femme peut fabriquer un lait de bonne qualité à partir de n'importe quels aliments, même très simples.

La plupart des bébés ne sont pas exclusivement allaités. En moyenne, dans le monde, seuls 39% des bébés sont allaités exclusivement les 4 premiers mois de vie. Pourtant le lait maternel peut fournir tout ce dont un bébé a normalement besoin durant les six premiers mois de sa vie, y compris toute l'eau nécessaire, et ce même dans les pays à climat chaud. Pour faire en sorte que son bébé reçoive assez de lait, une mère a besoin:

- ★ D'avoir confiance en sa capacité à le faire, et de savoir que son lait est le plus sain et le meilleur pour son bébé;
- ★ De commencer à allaiter dès la naissance, pour stimuler la production de lait;

- ★ De savoir comment bien positionner son bébé au sein, afin qu'il tète efficacement ;
- ★ De laisser le bébé téter fréquemment, à chaque fois qu'il le veut, jour et nuit. C'est ce qu'on appelle l'allaitement à la demande du bébé.
- ★ Laisser le bébé téter aussi longtemps qu'il le veut, à chaque fois.

Un bébé qui reçoit des compléments aura moins envie de téter et prendra moins de lait maternel. Alors les seins produiront moins de lait. Les compléments ne font que remplacer le lait maternel sans augmenter la quantité de nourriture prise par le bébé.

Allaiter exclusivement au sein pendant six mois - toutes les mères peuvent y arriver avec de l'aide et du soutien !

Des connaissances justes, un environnement soutenant, et la confiance en soi sont les facteurs les plus importants qui permettent à la mère d'allaiter avec succès.

- ★ Les autorités publiques doivent s'assurer que leurs politiques suivent la Stratégie Mondiale et soutiennent l'allaitement maternel exclusif;
- ★ Les agents de santé devraient mettre en place l'Initiative Hôpital Ami des Bébé et s'assurer que la mère reçoive du soutien pour l'allaitement avant, pendant et après la naissance;
- ★ La communauté, les employeurs et les familles ont besoin de connaître l'importance de l'allaitement exclusif et de savoir comment soutenir les mères pour qu'elles y arrivent;
- ★ Les femmes peuvent s'entraider de mères à mères. En agissant ensemble, elles peuvent aider la communauté à changer d'attitude.

Préparer la SMAM

Pour préparer la SMAM, vous pouvez commencer par:

- ★ Trouver combien de bébés sont exclusivement allaités dans votre pays ou votre région;
- ★ Trouver s'il y a eu des réunions à propos de la Stratégie Mondiale, et s'il y a des projets de mise en application de cette Stratégie dans votre pays;
- ★ Parler à des mères dans les maternités, dans votre communauté, sur votre lieu de travail, à propos de leur expérience;
- ★ Parler à des médecins ou d'autres agents de santé pour les interroger sur l'allaitement maternel exclusif et la Stratégie Mondiale.
- ★ Stratégie mondiale <www.who.int/gb/EB_WHA/PDF/WHA55/fa5515.pdf>.

Centres de coordination et de distribution pour la SMA

COORDINATION GÉNÉRALE Secrétariat de WABA

P O Box 1200, 10850 Penang, Malaisie
Fax: 60-4-657 2655 • secre@waba.po.my
www.waba.org.my

✉ **AFRIQUE IBFAN Africa**

P O Box 781, Mbabane, Swaziland
Fax: 268-40 40546 • ibfanswd@realnet.co.sz

IBFAN Afrique Francophone

01 B.P. 1776, Ouagadougou 01, Burkina Faso
Fax: 226-374 163 • ibfanfan@fasonet.bf

✉ **ASIA WABA Secretariat (See address above)**

ASIE DU SUD Breastfeeding Promotion Network of India (BPNI)

P O Box 10551, BP-33, Pitampura, Delhi 110088, Inde
Fax: 91-11-2731 5606 • bpni@bpni.org

✉ **EUROPE BMA**

23 St. Andrew's Street, 2nd Floor, Cambridge,
CB2 3AX, UK
Fax: 44-1223-464 417 • info@babymilkaction.org

CoFAM / IPA

c/o Information pour l'Allaitement, 52 rue Sully
69006 Lyon, France
Fax: 33-478 930 268 • roques.nathalie@wanadoo.fr

GIFA

C.P. 157, CH 1211 Genève 19, Suisse
Fax: 41-22-798 4443 • info@gifa.org

Aktionsgruppe Babynahrung Ev (AGB)

Untere Maschstrasse 21, D-37073 Göttingen, Germany
Fax: 49-551-531 035 • info@babynahrung.org

✉ **AMÉRIQUE LATINE CEFEMINA**

Apartado 5355, 1000 San José, Costa Rica
Fax: 506-224 3986 • cefemina@racsa.co.cr

CEPREN

Av. Pardo, 1335 Of.301-302, Lima-18 Pérou
Fax: 51-1 241 6205 • cepren@amauta.rcp.net.pe

Grupo Origem

Av. Beira Mar, 3661 Lj. 18, Casa Caiada - Olinda -
PE, CEP 53030 - 540 - Brésil
Fax: 55-81-34327701 • origem@aleitamento.org.br

✉ **AMÉRIQUE DU NORD LLL International**

1400 N. Meacham Road Schaumburg
IL 60173-4840 - USA
Fax: 1-847-519 0035 • lllhq@llli.org
www.lalcheleague.org

INFAC Canada

6, Trinity Square, Toronto, ON M5G 1B1, Canada
Fax: 1-416-591 9355 • info@infactcanada.ca
www.infactcanada.ca

✉ **PACIFIQUE ABA**

P O Box 4000, Glen Iris, VIC 3146, Australie
Fax: 61-3-9885 0866 • info@breastfeeding.asn.au
www.breastfeeding.asn.au

Development Officer PINDA

c/o Christine Qusted
Nutrition Centre Health Department
Private Mail Bag, Apia, Western Samoa
Fax: 685-218 70



L'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (WABA) est une initiative globale de personnes qui se consacrent à protéger, promouvoir et soutenir l'allaitement maternel en se basant sur la Déclaration d'Innocenti et la Stratégie Mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant (OMS/UNICEF). WABA a un statut de consultant auprès de l'UNICEF.

SOUTIEN FINANCIER: WABA n'accepte aucun soutien financier de sociétés produisant des substituts du lait maternel, des équipements liés (biberons, tétines, ...) ou des produits alimentaires de complément. WABA encourage tous les participants à la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel à suivre cette position éthique.