



ENSEMBLE POUR L'ALLAITEMENT

CONSEILS POUR LES GRANDS-PARENTS AU NOUVEAU-BRUNSWICK

Les pratiques d'alimentation des enfants ont changé au fil des années. Au Nouveau-Brunswick, de plus en plus de bébés sont allaités. En tant que grand-parent, votre soutien peut avoir un effet positif sur le succès de l'allaitement au sein de votre famille.

POURQUOI L'ALLAITEMENT MATERNEL EST-IL IMPORTANT?

Le lait maternel est la seule nourriture dont les bébés ont besoin jusqu'à l'âge de 6 mois. Le lait maternel contient tout ce dont les bébés ont besoin pour grandir et se développer. Santé Canada recommande de poursuivre l'allaitement pendant 2 ans ou plus.

Pour les bébés et les enfants, l'allaitement maternel :

- protège contre les infections d'oreilles, les infections de poumons, la diarrhée, l'asthme et d'autres maladies;
- favorise un développement sain du cerveau;
- réduit les risques de certains types de cancer infantile, de diabète, d'obésité et du syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN).

Pour les femmes, l'allaitement maternel :

- réduit le risque de cancer du sein et des ovaires, d'ostéoporose, de diabète de type 2 et de dépression post-partum;
- aide à contrôler les saignements après l'accouchement;
- rend les tétées plus simples et rapides, car le lait maternel ne nécessite aucune préparation. Il n'est pas nécessaire de faire bouillir de l'eau ni de stériliser ou de chauffer des bouteilles. Le lait maternel est toujours à la bonne température et prêt quand le bébé a faim.



Chaque mère et chaque bébé doivent apprendre ensemble à allaiter.
Vos encouragements et votre soutien peuvent influencer
l'expérience d'allaitement de votre famille.

Soutenez votre famille.

Votre famille pourrait se tourner vers vous pour obtenir de l'information, du réconfort ou du soutien. Voici quelques conseils...

- Respectez la décision des parents en ce qui concerne l'allaitement de leur bébé.
- Offrez votre aide aux parents pour les tâches quotidiennes telles que la cuisine, le ménage, les commissions, la lessive et la garde des autres enfants.
- Renforcez les efforts de la mère afin d'augmenter sa confiance à l'égard de l'allaitement. Lorsqu'elle a des doutes, encouragez-la.
- Soyez attentif. Montrez-vous à l'écoute des besoins et des préoccupations des parents. Demandez leur comment vous pouvez les aider. Faites leur des suggestions positives lorsqu'ils vous demandent votre avis.
- Aidez la mère à se sentir à l'aise d'allaiter en votre présence ou en présence d'autres personnes. Vous pouvez l'appuyer en lui tenant compagnie pendant qu'elle allaite.
- N'oubliez pas que c'est son droit d'allaiter n'importe où, n'importe quand!
- Soyez au courant du soutien à l'allaitement qui est disponible dans votre région. Vous trouverez une liste des services de soutien locaux à l'adresse www.gnb.ca/allaitement.

Passez du temps avec le bébé.

En tant que grand-parent, vous pouvez créer un lien affectif avec le bébé de plusieurs façons. Offrez aux parents de :

- donner un bain au bébé;
- câliner le bébé;
- changer la couche du bébé;
- lire, de parler et de chanter au bébé;
- faire une marche avec le bébé;
- tenir le bébé en contact peau à peau, avec permission des parents.

Le mieux-être s'épanouit là où l'on appuie et encourage l'allaitement.