

par le Dr Camille DUBUS

médecin généraliste • 1970 Wezembeek-Oppem

camille.dubus93@gmail.com

L'allaitement, de la naissance au sevrage



Pendant des siècles, la grande majorité des femmes allaitaient. Les petites filles assistaient naturellement à l'allaitement et participaient aux soins d'une jeune sœur, d'un petit-cousin ou d'un enfant du quartier. Arrivées à l'âge adulte, elles n'avaient qu'à reproduire les gestes qu'elles avaient pu observer chez les femmes de leur entourage. Avec la première guerre mondiale, les femmes sont envoyées à l'usine pour remplacer les hommes, et le lait de vache, peu à peu modifié, apparaît comme la solution évidente pour ne pas être contraintes par l'allaitement. À partir des années 50, la plupart des accouchements se font à l'hôpital. Un nourrisson sur 3 seulement est alors nourri par sa mère. Les mères et grands-mères désapprennent, racontent leurs échecs. Les petites filles donnent le biberon à leur poupée mais qui connaît encore les gestes pour allaiter ?

Aujourd'hui, l'allaitement reprend sa juste place.




Le docteur Marie Thirion reprend les bases de l'allaitement, pour que chaque femme puisse décider en toute connaissance de cause si oui ou non elle se lance dans cette aventure. Elle donne les clés de la réussite de l'allaitement, en insistant sur le fait qu'allaiter est un choix : il n'est pas question ici de juger celles qui préfèrent nourrir leur bébé au biberon.


À l'aide de schémas, elle explique de manière simple mais complète comment fonctionne le sein de la mère, ce qu'est le colostrum, quelle est la composition du lait, ce que le bébé fait avec sa bouche et comment réagit le corps de la mère, ... Le livre est également très pratique et décrit comment fonctionnent les premières tétées, quels sont les problèmes qui peuvent être rencontrés lors de la mise en route et comment y remédier, comment se positionner lors de l'allaitement... L'autrice reprend les vraies (et rares) contre-indications de l'allaitement pour l'enfant, déconstruit les idées reçues, comme celle, particulièrement tenace, qu'une femme qui a des petits seins produira moins de lait : ça ne peut pas être vrai car la glande mammaire a environ le même volume chez toutes les femmes, c'est la proportion de tissu conjonctivo-graisseux qui explique la différence de taille de poitrine. Par ailleurs, la quantité de lait n'est pas le facteur déterminant de la croissance de l'enfant. Si le volume produit est grand, le lait sera moins riche en lait, et inversement, si le volume est faible, le lait sera plus riche ! Et à un mois de vie du nourrisson, la production ne dépend plus des taux de prolactine mais simplement de la demande de l'enfant. Si l'enfant tète beaucoup, la synthèse sera très active, mais si le lait stagne dans les alvéoles, la synthèse diminuera.

En reprenant les bases théoriques, en expliquant clairement la physiologie de l'allaitement et grâce aux nombreux conseils pratiques, ce livre donne confiance aux femmes qui souhaitent se lancer dans l'aventure.


Il accompagne également tout au long de l'allaitement, jusqu'au sevrage et à la diversification alimentaire. Ce livre est incontestablement le livre de référence sur l'allaitement.

L'allaitement, de la naissance au sevrage
(387 pages, Éditions Albin Michel, 19,50 €)


 À regarder avec intérêt

 Intéressant si aucune autre source bibliographique

 D'un intérêt limité à quelques MG

 Livre agréable à lire

 Livre de qualité moyenne

 Livre peu agréable à lire

 À recommander en bibliothérapie

 Peut être utilisé dans un cadre restreint en bibliothérapie

 Non destiné à la bibliothérapie