

Co-allaitement : le lait maternel est-il adapté aux enfants d'âges différents ?

Les mères allaitantes qui accouchent d'un nouvel enfant sont confrontées à une prise de décision : allaiter simultanément ou sevrer l'enfant le plus âgé.

Le co-allaitement est une pratique qui peut être stigmatisée socialement, et les professionnels de santé peuvent manquer de connaissances sur le co-allaitement (*tandem breastfeeding* en anglais) ou même sur l'allaitement long en général. Un manque d'information qui mène à une invisibilisation de la pratique et un obstacle au soutien des familles qui choisissent cette expérience de lactation.

Une étude polonaise publiée dans la revue [Nutrients](#) s'est intéressée **la valeur nutritionnelle du lait maternel pendant la pratique du co-allaitement**. Les chercheurs et chercheuses ont étudié la composition du lait maternel de mères co-allaitantes avant et après le sevrage de l'enfant le plus âgé.

Les résultats suggèrent un **rôle adaptatif du lait maternel** aux besoins nutritionnels des nouveau-nés et des enfants plus âgés. L'étude montre que l'allaitement maternel pendant plus d'un an et l'alimentation de deux enfants en tandem n'ont **pas eu d'incidence négative sur la qualité du lait maternel**. Au contraire, les recherches indiquent que **la composition évolue au fur et à mesure que la durée de la lactation augmente**, ce qui est dicté par l'évolution des besoins des enfants. Des études dans le groupe co-allaitement avant et après le sevrage indiquent que **le lait maternel répondait aux besoins nutritionnels des enfants plus âgés et plus jeunes**. La composition du lait maternel, en termes de macronutriments, change après le sevrage, en tenant compte des besoins nutritionnels du plus jeune enfant. Le lait des mères co-allaitantes n'a pas montré de variabilité diurne des composants individuels. L'étude conclue qu'**il est raisonnable de promouvoir un allaitement prolongé**, y compris le co-allaitement.

- [Lire l'article en entier \[angl.\]](#)

SINKIEWICZ-DAROL, Elena, BERNATOWICZ-?OJKO, Urszula, ?UBIECH, Katarzyna et al. **Tandem Breastfeeding: A Descriptive Analysis of the Nutritional Value of Milk When Feeding a Younger and Older Child**. *Nutrients* [en ligne]. Janvier 2021, Vol. 13, n? 1. DOI 10.3390/nu13010277 [consulté le 17/02/2021]

Pour aller plus loin :

- Découvrez nos documents sur [le co-allaitement](#) dans notre base de données documentaire
- Découvrez nos documents sur [l'allaitement long](#) dans notre base de données documentaire

Information Pour l'Allaitement

IPA information pour les professionnels

<https://info-allaitement.org>

Voir les [conditions de consultation au Centre de Ressources CERDAM](#) d'IPA

Publié par : JC, Documentaliste IPA.