

## Conduite pratique de l'allaitement maternel

Un article complet sur l'allaitement maternel :

### Résumé

Le lait maternel est unique sur le plan nutritionnel, biologique et immunologique et sa composition évolue constamment pour répondre au mieux aux besoins de l'enfant jusqu'à 6 mois. Dans les sociétés industrialisées les jeunes mamans ont rarement vu d'autres mamans allaiter avant de le faire elles-mêmes. Avec les sorties précoces de maternités beaucoup de femmes se trouvent désemparées face à d'inévitables petites difficultés. Les centres ressources (protection maternelle infantile [PMI], consultantes en lactation, association de soutien...) vont alors avoir un rôle à part entière. C'est en se rapprochant au mieux des dix conditions pour le succès de l'allaitement (WHO/UNICEF *World Health Organization/United Nations Children's Fund*) que celui-ci a des chances de bien démarrer et de se prolonger sans douleur. Si l'allaitement n'implique aucun interdit alimentaire, il peut être une bonne occasion de limiter sa consommation de café ou de thé et d'arrêter l'alcool et le tabac. Par ailleurs, il ne constitue pas une contraception infaillible et n'est pas incompatible avec la reprise du travail.

### Sommaire

Mieux accompagner l'allaitement maternel lors de sa mise en route :

- Les basiques de la physiologie de la lactation à connaître
- Comment s'appuyer sur la physiologie pour mieux gérer les débuts de l'allaitement maternel (peau à peau ; proximité avec la mère ; position ; fréquence des tétées ; tétées efficaces)
- Éviter les biberons de complément (risques ; indications ; précautions)

Allaitement et quotidien

- Idées reçues
- Nutrition et allaitement (alimentation ; alcool ; caféine)
- Allaitement et contraception
- Allaitement et environnement

La reprise du travail et l'allaitement : 3 schémas possibles

- Sevrage
- Poursuivre l'allaitement (2 schémas)

## Information Pour l'Allaitement

IPA information pour les professionnels

<https://info-allaitement.org>

---

Les rares contre-indications à l'allaitement

- Côté bébé
- Côté maternel (toxiques ; infections ; médicaments)

Conclusion

Points essentiels à retenir

- [Conduite pratique de l'allaitement maternel](#) V.Rigourda, K.Jacquemain, S.MariaB. et al. **Conduite pratique de l'allaitement maternel** .Médecine de l'enfant au quotidien. Perfectionnement en pédiatrie 2018, 1 : 271-278

**Pour aller plus loin :**

- [Co-dodo et MSN: Guide à l'intention des professionnels de la santé](#)
- [Mon enfant prend-il assez de poids? Guide à l'usage des mères allaitantes](#)
- [Nouveau guide général sur l'allaitement maternel](#)
- [Allaiter et travailler : Comment faire ?](#)

Ces articles sont également disponibles sur demande chez IPA. Voir les [conditions de consultation au Centre de Ressources CERDAM d'IPA](#)

*Publié par : K.M.N., Documentaliste IPA.*