

Extrait du titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

<http://www.titange.com/Pourquoi-et-a-quelle-frequence-allaiter-bebe.html>

Pourquoi et à quelle fréquence allaiter bébé ?

- alimentation bebe -

Date de mise en ligne : lundi 9 février 2015

Description :

On a beau recommander aux femmes de privilégier l'allaitement maternel à l'allaitement artificiel. Pour autant, on ne comprend pas toujours quel en est le véritable intérêt. Simple moment d'intimité mère/enfant ou indispensable à la croissance de bébé ? Tout ce qu'il faut savoir sur l'allaitement.

titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé



L'allaitement maternel : quels avantages ?

Le premier argument qui tient pour soutenir que le lait maternel est meilleur pour l'enfant, c'est parce qu'il s'agit d'un lait naturel extrêmement riche en anticorps et qui contiendrait d'emblée un peu plus de 200 autres ingrédients que l'on ne saurait retrouver dans aucune alimentation de type commercial.

Pour bébé, il contribue de manière considérable à l'amélioration du système immunitaire. C'est d'ailleurs ce qui explique que les bébés nourris au sein se remettent plus vite lorsqu'ils sont malades. Ensuite, en allaitant votre enfant, il sera moins exposé aux risques d'allergie, d'infection, d'obésité ainsi qu'à certaines maladies, comme l'otite, la gastro-entérite, les infections respiratoires ou encore les colites ulcéreuses.

Du côté maternel, l'allaitement permet de retarder le retour des couches et réduit le risque de grossesse pendant les six mois qui suivent l'accouchement. Attention cependant, car cette théorie n'est valable que pour au moins huit tétées par jour ! Il permet également de réduire les risques d'hypertension, de diabète, de cancer et d'ostéoporose, car les os ont tendance à se renforcer après l'accouchement.

À quel moment allaiter ?

L'allaitement maternel est recommandé dès la naissance, de préférence en exclusivité jusqu'au sixième mois de bébé.

Dans les premiers jours suivant la naissance, vous pouvez allaiter à la demande, c'est à dire autant de fois que votre bébé en réclamera. La fréquence peut aller jusqu'à huit tétées dans la journée, voire douze ou plus dans certains cas.

En ce qui concerne la durée, il n'existe pas de règle bien définie pour cela. Bébé demeure le seul à définir combien de temps il souhaite téter. Cette durée varie en fonction de l'éjection de lait. En effet, si chez certaines femmes l'éjection est immédiate, chez d'autres, celle-ci peut légèrement tarder, ce qui laisse parfois le nourrisson boire de toutes petites gorgées en attendant la montée de lait. Dans ce cas, l'usage de lait premier âge peut être couplé à l'allaitement maternel pour combler les besoins de bébé.