



DOULAIT

Allaitement à la demande... mais de qui ?

Katel Roddier-Deprez IBCLC, M. Sc.

Janvier 2015

Cas 1 : Ma première fille est née il y a 45 min à terme et en pleine santé, je la mets au sein, quel sensation ! Un pur bonheur. Une infirmière entre dans la chambre et m'informe que je dois allaiter mon bébé au moins toutes les 3h le jour et toutes les 4h la nuit. Plus tard, elle revient, mon bébé dort profondément et n'a pas bu depuis de "longues heures". Elle prend mon bébé endormi, me dit de la découvrir complètement et de la mettre au sein. Mon bébé prend le sein mais ne tète pas, elle somnole. L'infirmière lui pince les pieds et lui colle une débarbouillette froide dans le dos. Surprise la petite tête. L'infirmière est satisfaite...je suis anéantie.

Cas 2 : La maman du petit Éliot, une semaine, est perdue, on lui a dit d'allaiter son bébé à la demande mais en ne dépassant pas 3h entre chaque tétée. Elle est inquiète car son bébé tète parfois moins souvent et se demande si elle doit le réveiller. Quelques semaines plus tard, son pédiatre lui ordonne de ne pas allaiter plus de 6 fois par jour car le petit Éliot prend trop de poids.

Cas 3 : Marie m'appelle, elle est inquiète car son bébé de 12 jours boit plus de 12 fois par jour et souvent aux heures. Elle se demande si elle produit assez de lait pour son bébé.

Tellement de mères se font dire d'allaiter à la demande, mais avec de multiples restrictions.

Aux 3h le jour, aux 4h la nuit, 8 à 12 fois par jour, pas plus de 6 fois par 24h, pas plus de 3h entre chaque tétée, pas moins de 3h entre chaque tétée, au moins 5 min par sein, pas plus de 15 min par sein et surtout que s'il a faim...que de contradictions.



Photo : Jessica Merz

La recommandation actuelle est d'allaiter le bébé (né à terme et en bonne santé) à la demande. Mais, soyons clair, il s'agit bien de celle du bébé, pas celle du pédiatre, de l'infirmière, de notre voisine ou de caro776 du forum des Mères-pro.

Durant les premières semaines, il est beaucoup plus explicite de parler d'allaitement à l'éveil. Un bébé éveillé est tonique et sa succion est alors efficace. Mais, un nouveau-né éveillé devient vite agité s'il n'est pas nourrit. Un bébé qui pleure est peu compétent pour téter et a besoin d'être calmé avant de pouvoir être allaité. Il est donc préférable de savoir reconnaître les signes d'éveil :

- * Yeux qui bougent sous les paupières,
- * Mouvements des jambes et des bras,
- * Contorsions,
- * Petits bruits,
- * Mouvements de succion.

Dès que ces signes sont perçus, la mère peut prendre son bébé sur elle et se préparer à allaiter.

Après quelques semaines, l'allaitement à l'éveil évolue vers un allaitement à la demande. Le bébé ne réclame pas forcément le sein dès qu'il se réveille et peut passer un moment à observer son entourage et à interagir avec lui avant d'avoir faim. Le bébé manifeste son besoin d'être nourri par divers signaux. Si ceux-ci sont ignorés, le bébé devient très agité, pleure bruyamment et doit être calmé (portage, bercement, bain, chant...) avant de le mettre au sein. Les signes qui montrent que le bébé est prêt à téter :

- * Yeux ouverts, son regard cherche celui de sa mère,
- * Met ses poings à sa bouche, suce sa langue ou sa main,
- * Mouvements des bras et des jambes énergiques,
- * Petits pleurs.

Dans les bras de sa mère, un bébé qui est prêt à téter est vif, sa tête se tourne vers sa mère, il cherche le sein en faisant le pic bois, sa bouche s'ouvre et effectue même des mouvements de succion, il pousse sur ses jambes et ses bras moulinent, il se met les poings dans la bouche.

Durant les premières semaines, il est recommandé d'allaiter 10 à 12 fois par 24h pour que la production lactée soit optimale.



Photo : Ryan Christie

Il est également préférable de ne pas espacer les tétées de plus de 5 heures tant que le poids de naissance n'est pas repris. Cependant, ce sont des recommandations; les bébés et les mères étant tous différents, d'autres schémas d'allaitement peuvent être tout à fait normaux.

Dans le doute, les parents devraient demander à une personne qualifiée en allaitement d'évaluer la situation. ■

Ressources:

- * Associations des consultantes en lactations du Québec:
www.ibclc.qc.ca
- * Ligue la Leche Québec:
www.allaitement.ca