

# DOSSIER VOUS VOULEZ UN BÉBÉ

Familles de France est au service de toutes les familles, jeunes ou moins jeunes, de tous les enfants jusqu'à leur majorité. L'année 2013 sera ciblée vers les familles jeunes, celles qui envisagent de se construire, celles qui sont en cours, celles qui hésitent, qui vont bien et plus encore celles qui souffrent, avec des impôts en forte augmentation, un pouvoir d'achat qui se réduit, des inquiétudes pour les enfants petits et grands.

Notre magazine est à votre service, pour vous informer, pour élargir notre assise afin de peser plus fort sur les pouvoirs locaux, départementaux, régionaux, nationaux. Nous devons doubler le nombre de nos familles adhérentes. Chaque famille du réseau doit avoir à cœur d'en faire adhérer une nouvelle. Il y a 17 millions de Familles en France, montrons leur tout ce que nous pouvons leur apporter, pour défendre leurs intérêts matériels et éthiques. Notre premier dossier traitera du désir d'enfant et de l'attente de celui-ci, qui est le cas pour plus de 820 000 mamans chaque année.

PAR / **Henri JOYEUX**







## LE DESIR D'ENFANT

### DE LA CONCEPTION NATURELLE À L'AIDE MÉDICALE ASSISTÉE

Pour la grande majorité, 85% des couples, il est plus facile d'avoir un enfant que de ne pas l'avoir. La preuve, encore aujourd'hui nombre de femmes « tombent enceinte » alors que ce n'était pas prévu. Pour d'autres c'est l'inverse, et il peut être nécessaire de passer par la PMA (Procréation médicalement assistée), pour d'autres c'est l'adoption qui reste la solution ultime. 30 000 couples homme-femme ont l'agrément pour cela mais ne trouvent pas d'enfants à adopter. Les adoptions internationales sont de plus en plus complexes, lourdes et exigent des moyens financiers conséquents. Le désir d'enfant n'est pas le même pour l'homme et la femme. Évidemment l'idéal est qu'il soit présent chez les deux membres du couple et à peu près au même moment. Pour la femme on distingue le désir d'être enceinte du désir d'enfant, c'est à la mode. Le déni de grossesse existe aussi. Il fait trop souvent la « une » des journaux, quand on découvre les infanticides (ou néonaticides) qui sont malheureusement en augmentation dans notre pays. On compte 5,4 fois plus d'infanticides à la naissance qu'annoncés dans les statistiques officielles, d'après l'Inserm cela correspond à 2,1 pour 100 000 naissances.

#### 250 000 enfants naissent chaque année grâce à la PMA

Actuellement 15% des couples (1 sur 7) consultent pour des problèmes de fertilité. Seuls 3 à 4% d'entre eux iront au bout de tentatives de PMA, définitivement stériles. Selon une étude internationale, réalisée par le Comité international sur la technologie de procréation médicalement assistée (IC-MART) et coordonnée par l'Inserm, près de 250 000 enfants naissent chaque année grâce à la PMA. Dans le monde, le nombre de recours à la procréation médicalement assistée a ainsi augmenté de 25 % entre 2000 et 2002. En France, cela s'est traduit par 11 184 naissances soit une hausse de 5%.

#### ÉTAT DES LIEUX DEMOGRAPHIQUES

« Au 1er janvier 2012, 65,35 millions d'habitants peuplent la métropole et les départements d'Outre-mer, hors Mayotte. En 2011, grâce à l'excédent des naissances sur les décès plus qu'au solde migratoire, la population a augmenté de 0,5% (349 000 personnes), au même rythme que les années précédentes. Le nombre de naissances, estimé à 827 000 chaque année, se maintient à un niveau élevé, mais est en léger repli par rapport au point haut de 2010. L'indicateur conjoncturel de fécondité est de 2,01 enfants par femme. L'âge moyen à l'accouchement continue de s'élever (30,1 ans). À la naissance, les femmes peuvent espérer vivre jusqu'à 84,8 ans en moyenne et les hommes 78,2 ans. L'espérance de vie s'allonge au même rythme que lors des années récentes, mais le nombre de décès augmente aussi (555 000 en 2011), du fait du vieillissement de la population. »

Source Insee Bilan démographique

# AVANT LA NAISSANCE

## SE PREPARER A ETRE PARENTS AUJOURD'HUI PUIS D'ANNEE EN ANNEE

Classiquement on dit que le métier de parent ne s'apprend pas. C'est faux. Il est possible de s'y préparer et il n'est jamais trop tard quand on est parent de passer de tribord à bâbord, de changer de cap si l'on est mal parti. Familles de France dès le passage à l'an 2000 a mis en place des formations « Etre parents aujourd'hui ». En effet on ne s'improvise pas « mère » et encore moins « père ». L'expérience des anciens est précieuse. Il n'est pas toujours nécessaire de choisir des hyperspécialistes de la famille. Ces derniers peuvent avoir tendance à « psychanalyser » les problèmes parentaux en remontant par psycho-généalogie ou autre technique plus culpabilisatrice que constructrice.

### Partage d'expérience

Dans notre expérience une des méthodes les plus efficaces est de réunir des parents ayant des enfants d'âges différents et de les faire discuter entre eux de leurs expériences positives ou négatives avec leurs enfants. Ce type de soirée est très instructif pour tous et d'une façon générale, deux à cinq séances suffisent aux parents qui par le bouche à oreille recrutent d'autres familles. Ce genre de soirée peut être organisé au siège de la Fédération nationale une à deux fois par mois selon les besoins. Une quarantaine de parents peuvent être présents de 20h à 23h. (S'inscrire à la Fédération nationale auprès de Béatrix Buffeire - Familles de France-Accueil [contact@familles-de-france.org](mailto:contact@familles-de-france.org) - coût de la soirée 25 euros par famille).

## L'HAPTONOMIE

### Préparer l'arrivée de bébé grâce à l'haptonomie

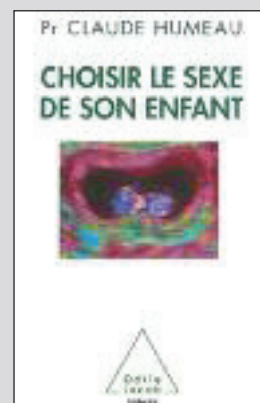
En attendant bébé les futurs parents peuvent se rapprocher d'un haptothérapeute ou d'une sage-femme pratiquant l'haptonomie. C'est une technique de caresses adressées au bébé par les parents à travers la paroi du ventre de sa mère. Cet accompagnement favorise le développement de la relation affective entre la mère, le père et l'enfant. Il aide à l'instauration et au développement du sentiment de parentalité. Les parents découvrent qu'ils peuvent se soutenir l'un l'autre et soutenir l'enfant dans son développement physique, psychique et affectif, tout en lui donnant une place bien à lui, et ce, longtemps avant sa naissance. Ils l'invitent à prendre l'initiative dans la rencontre. Ainsi, s'instaurent déjà les bases d'une relation : celle-ci comporte une dimension éducative, orientée vers l'autonomie, laquelle est favorisée par la sécurité affective. Le point fort de l'haptonomie est d'inclure pleinement le père. Mais des séances d'haptonomie ne sont jamais suffisantes, le plus important est de préserver la complicité du couple.

## CHOISIR LE SEXE DE SON ENFANT

Editions Odile Jacob, 2012,

21,90 euros

C'est le titre du livre passionnant écrit par le Pr Claude Humeau, spécialiste des PMA, ancien chef de service au CHU de Montpellier. Huit chapitres pour expliquer comment on devient homme ou femme et comment s'opère la rencontre des gamètes. Après la libération de l'ovule par l'ovaire (ovulation), l'ovocyte (ou ovule) est capté par la trompe où il reste fécondable 48h environ, par un spermatozoïde sur 3 centaines de millions, X (pour donner une fille) ou Y (pour un garçon). Le premier jour de notre vie in utero nous ne sommes pas plus grands qu'un grain de sable. A 3 mois, fini la vie d'embryon on est fœtus et mesurant 3 cm on voit parfaitement le sexe différent garçon ou fille. Depuis l'antiquité l'humain a tenté de choisir le sexe de son enfant, alors que les hasards de la nature prévoient la naissance de 105 à 106 garçons pour 100 filles. L'influence mentale, les positions amoureuses à droite ou à gauche, les conjonctions astrales ou climatiques, la nutrition et ses régimes, les guerres qui feraient naître plus de garçons pour compenser les pertes, le choix du partenaire, l'intensité et la symphonie orgasmique... rien de sérieux. Le mystère reste entier et heureusement le restera longtemps.



# AVANT LA NAISSANCE

## L'OMAEP

(ORGANISATION MONDIALE DES ASSOCIATIONS POUR L'ÉDUCATION PRÉNATALE)

L'Éducation prénatale naturelle est le fondement de l'être humain, de la famille et de la société. L'OMAEP comble une lacune de nos sociétés actuelles, en suscitant une prise de conscience collective de l'importance de la période des 9 mois, au cours desquels l'être humain construit les premières bases de sa personne future. En effet, les travaux scientifiques et psychologiques récents – rejoignant l'intuition profonde des femmes – font émerger la notion d'une éducation prénatale naturelle, accomplie par les processus naturels de la grossesse à partir des matériaux fournis par la mère et, à travers elle, par le père et leur environnement familial, social et culturel. Informer les futurs parents, c'est leur ouvrir la possibilité de donner à l'enfant en formation, les meilleurs éléments physiques et psychiques. Ainsi par leur façon de vivre et de communiquer avec le bébé, ils favoriseront son développement optimal. En outre le couple parental sera consolidé par cette œuvre créatrice commune et la famille qu'il crée s'établira sur des bases solides et durables.

### Une société plus juste et plus humaine

Les générations futures seront ainsi composées d'êtres sains, forts, confiants en eux-mêmes, ouverts aux autres et à la vie, donc capables de coopérer et de créer une société plus juste et plus humaine, une société de paix où chacun pourra trouver sa place et s'épanouir au service de tous. D'ailleurs cette vision de l'OMAEP répond pleinement aux conclusions issues de la session sur l'éducation organisée en juillet 2011, au Palais des Nations Unies à Genève, par l'ECOSOC (Conseil Économique et Social des Nations Unies). Ces conclusions reconnaissent l'Éducation comme thème central pour l'avenir de l'humanité et en tant que clef réunissant toutes les forces progressistes capables de faire évoluer les sociétés.

Pour en savoir plus : [www.omaep.com](http://www.omaep.com)



## STRESS ET GROSSESSE

Deuil, séparation, perte d'emploi sont des stress majeurs pour une femme qui attend un enfant.

D'après une étude parue dans le journal *Pediatric Allergy and Immunology* de septembre 2012, ces événements stressants créeraient chez l'enfant à naître, un risque accru de devenir asthmatique ou de développer d'autres pathologies allergiques, rhinite ou eczéma.

Le stress agirait donc dès la vie foetale via la mère. Ces conclusions ont été tirées de données concernant 3800 enfants dont les parents ont répondu à un questionnaire. 337 mères avaient traversé des épreuves stressantes pendant leur grossesse, les enfants avaient été exposés in utero. Les risques sont multipliés par 1,5.

# LA NAISSANCE

## OÙ NAÎTRE QUAND TOUT VA BIEN ?

FAMILLES DE FRANCE EST TRÈS FAVORABLE AUX MAISONS DE NAISSANCE

C'est en 1975, à New York, que la première Maison de naissance a fait son apparition aux USA, qui en comptent plus de 130 à l'heure actuelle. Il en existe 10 au Québec, sous l'autorité du ministère de la Santé et des Services sociaux et selon la Politique de périnatalité 2008-2018, treize nouvelles Maisons de naissance devraient voir le jour d'ici 2018. L'Europe a suivi ce mouvement avec une première implantation en Allemagne (en 1987). Puis l'Autriche, la Grande-Bretagne, la Suède, la Hongrie, le Danemark, la Belgique, l'Italie et l'Espagne l'ont rejoint ainsi que la Suisse. Il s'agit de répondre à une demande croissante des usagers et des professionnels de dé-médicaliser l'accouchement physiologique. Pour cela, certaines maternités ont créé des Maisons de naissance au sein de leur établissement.

**Une « Maison de Naissance », est plus qu'un lieu spécifique d'accouchement placé sous la responsabilité des sages-femmes ; elle doit être vue comme l'outil d'une nouvelle filière de suivi des grossesses physiologiques dont le fonctionnement en réseau, est un des garants de la sécurité des patientes.**

L'insuffisance de médecins gynécologues-obstétriciens renvoie fort justement vers le métier de « sage-femme » ou « maïeuticien » pour les hommes, qui sont les spécialistes de la naissance physiologique, dont les compétences ne cessent d'augmenter. Les Maisons de naissance, tenues par ces personnels de santé, se rapprochent de l'accouchement à domicile avec la sécurité de l'univers hospitalier puisque l'équipe médicale y est présente en cas de nécessité.

Dans toutes les grandes ou moyennes villes, elles permettront de réduire les excès actuellement observés :

→ 22% de césariennes quand seulement moins de 10% sont indiquées ;

→ l'insuffisante promotion de l'allaitement maternel pendant 3 à 6 mois, puisque seulement 57% des femmes allaitent en France.

Les femmes qui mettent au monde un nouveau-né, doivent accoucher en toute sécurité et doivent pouvoir choisir d'allaiter leur bébé au moins 6 mois, ce qui est nécessaire à la santé de l'enfant et de la mère et ne peut qu'être à l'origine d'économies pour la Sécurité sociale. (lire pages 21/22/23)

Familles de France demande depuis plus de 10 ans un congé maternité après la naissance de 6 mois minimum suivi d'un mois de sevrage pour les femmes qui font le choix de l'allaitement maternel.

## PERINATALITE GROSSESSE SECRETE ET NEONATICIDE

**La femme n'est pas seule responsable !**

Au Congrès sur la périnatalité d'octobre, selon une étude de la pédiatre, Anne Tursz, le concept de déni ne présente pas d'utilité pour la prévention du néonaticide. Il s'agit plus d'une « grossesse secrète » que d'une « grossesse cachée ». « Se réfugier derrière la notion de déni de grossesse n'est pas une bonne stratégie de défense. Ces femmes ont, pour la plupart d'entre elles, de lourds problèmes de carences affectives et d'isolement -moral surtout -, ce sont déjà des circonstances atténuantes. Les femmes doivent aussi comprendre que ce qu'elles ont fait est grave. »

« ...il faut insister sur la nécessité de parler aux jeunes femmes en âge de procréer et d'avoir avec elles des conversations sur leur situation vis-à-vis de la reproduction. L'éducation à la sexualité reste trop théorique dans les lycées : il n'y a pas d'éducation ni à l'affectif ni à la parentalité. Par ailleurs, le rôle futur des garçons et de leur responsabilité n'est pratiquement jamais abordé. »

« Ces femmes ne sont jamais aidées et elles sont seules à porter ce fardeau devant la justice. »

Le quotidien du Médecin – 03/10/12

## MONOPARENTALITÉ FÉMININE MAIS AUSSI MASCULINE

**LE SCANDALE DU SILENCE**

**Familles monoparentales de Christine Kelly**

Editions Léo Scheer, 2012, 18 euros



Ce livre donne un visage humain aux problèmes qui agitent les débats actuels, qu'il s'agisse de la pauvreté, de la précarité, du chômage, de l'insécurité, de la délinquance ou tout simplement du mal-être. Selon Christine Kelly, la condition des familles monoparentales se trouve être au cœur de ces souffrances et elle décide dans ce livre de rompre le « scandale du silence », celui des décideurs et des responsables.



# HOMOPARENTALITÉ ET COPARENTALITÉ

## COLLECTIF « LES ENFANTS D'ABORD, FAMILLES RÉVEILLEZ-VOUS ! »

**1** 7 millions de familles en France sont concernées ainsi que tous les enfants présents et à venir. Avons-nous le droit d'empêcher un enfant d'avoir un père ou une mère en lui imposant deux parents de même sexe ? On veut nous faire croire que l'enfermer dans ce contexte sexuel familial dès son plus jeune âge n'aura aucune conséquence sur son avenir, car il ne s'agit que d'amour. La parité homme-femme qui s'impose partout, sera-t-elle interdite à des enfants adoptés ? Toutes les études scientifiques et l'histoire humaine démontrent qu'un enfant dès sa naissance a besoin idéalement pour se construire physiquement, psychologiquement et affectivement, d'un père et d'une mère.

### Etudes scientifiques

Les études scientifiques les plus récentes, avec un recul suffisant et des critères précis, démontent les anciennes biaisées - du fait de méthodes douteuses -, très nombreuses, souvent répétitives et aux conclusions hâtives. Ces dernières sont surtout soutenues par l'Association américaine de psychiatrie et les lobbies gays. Il faut savoir que les enfants nés sous x, adoptés par des couples de même sexe ne s'épanouissent pas aussi bien à l'adolescence et au-delà, que ceux qui ont vécu petits avec un père et une mère. Evidemment il y a des cas particuliers - qui ne peuvent être généralisés - car la capacité de résilience de l'humain reste importante. Mais les adultes ont-ils le droit pour leurs seuls désirs, d'oublier l'intérêt supérieur des enfants ?

### Filiation monosexuée ou pluriparentale ?

L'impossibilité d'avoir un enfant due à la différence sexuelle, implique un 3<sup>e</sup> parent caché à l'enfant qui le réclamera tôt ou tard. Faudra-t-il parler de filiation monosexuée ou pluriparentale ? Quelles seront les réactions de ces enfants, à l'âge de la curiosité et de la recherche pour comprendre ce qu'est l'union de deux hommes ou de deux femmes ? La seule réponse « l'amour » ne peut être suffisante.

Qui va oser leur expliquer correctement que leur adoption (sujet déjà difficile à expliquer à un enfant) par un couple homosexuel ne devra rien changer aux regards qu'ils porteront sur les couples hétéros et leurs enfants ?



### LES ENFANTS D'ABORD

**FAMILLES,  
RÉVEILLEZ-VOUS**  
du Pr Henri Joyeux

Editions du Rocher, 2012,  
8,90 euros



# LA SOCIÉTÉ DOIT SE PRONONCER PAR UN RÉFÉRENDUM D'INITIATIVE FAMILIALE

Familles de France organise un grand collectif « LES ENFANTS D'ABORD » pour obtenir du Président de la République qu'il interroge les citoyens après une campagne d'information ouverte, où tous les points de vue puissent s'exprimer. Alors chaque citoyen votera en conscience si la loi doit permettre ou non l'adoption d'enfant par les couples de même sexe.

## Questions

Alors que l'enfant a besoin de stabilité parentale, le confierez-vous tout petit à deux hommes, à deux femmes ou à un père et une mère ? Savez-vous que tout au long de la vie, le nombre moyen de partenaires pour les hommes entre eux est quatre fois plus grand que pour les femmes vivant ensemble ou les couples hétérosexuels ? Quels critères proposer pour choisir le meilleur couple pour l'enfant ? Notre orientation sexuelle fait-elle partie de notre identité ? Voulons-nous la guerre entre les couples ?

Les couples se disputeront les enfants et plus tard ces derniers demanderont leur réelle filiation biologique, se révolteront contre l'Etat ou

l'institution qui les a privés d'avoir un papa ou une maman. Il n'est pas vrai que la loi doit suivre les mœurs. Dans ce cas, il faudrait aujourd'hui légitimer l'insécurité grandissante et tous les cas particuliers.

## Un débat franco-français

Les familles issues du pourtour de la Méditerranée observent avec inquiétude ce débat franco-français qui ne respecte pas les enfants. Dans le cadre de l'adoption internationale, elles n'accepteront jamais qu'un enfant soit confié à un couple de même sexe.

## Notre argumentaire rejette l'homophobie

Notre argumentaire est fort, il respecte les personnes qui se disent « homosexuelles », explique, rejette l'homophobie, mais refuse que les enfants deviennent les « doudous » des adultes. 500 000 à 1 million de signatures feront reculer une idéologie qui ne respecte pas les enfants.

Il ne faut pas que ces sujets, le mariage et l'adoption, soient un outil politique destiné à nous faire oublier le chômage et le pouvoir d'achat des familles qui sont prioritaires. Une promesse électorale soutenue par un lobby fort, un sujet social qui veut redéfinir la famille, changer la société doit être soumis à un débat très large. Il concerne tous les citoyens.

**Dr Buthaina Nassar**

Présidente de Familles Méditerranée

**Pr Henri Joyeux**

Président de Familles de France

Pour signer la pétition du collectif, découpez l'encart ci-dessous ou rendez-vous directement sur internet : [www.familles-de-france.org](http://www.familles-de-france.org)

## LES ENFANTS D'ABORD / FAMILLES RÉVEILLEZ-VOUS !

Les citoyens français doivent se prononcer par un référendum d'initiative familiale.

Familles de France organise un grand collectif « LES ENFANTS D'ABORD » et veut obtenir du Président de la République qu'il interroge les citoyens et donc organise une campagne d'information ouverte afin de permettre l'expression de tous les points de vue. Après quoi chaque citoyen votera en conscience pour que la loi permette ou non l'adoption d'enfant par des couples de même sexe.

Merci de signer cette pétition  
« LES ENFANTS D'ABORD... »

NOM / PRENOM

ADRESSE

CODE POSTAL \_\_\_\_\_ VILLE \_\_\_\_\_

MAIL \_\_\_\_\_

Etes-vous adhérent à une association affiliée à Familles de France ?

OUI  NON

Souhaitez-vous vous inscrire à la newsletter FDF ?

OUI  NON

Signature



# LES AIDES ET LES DROITS POUR VOTRE ENFANT

## La PAJE Prestation d'accueil du jeune enfant

<b>Prime de naissance ou d'adoption *</b> 912,12 € pour une naissance 1824,25 € pour une adoption	<b>Allocation de base *</b> 182,43 €/mois
---	--

### Selon sa situation, à déclarer à sa Caf

Une cessation d'activité longue : <b>complément libre choix d'activité ou CLCA</b> Il est valable pour une cessation totale d'activité, ou un emploi à temps partiel.	Une cessation d'activité courte : <b>complément optionnel de libre choix d'activité ou COLCA</b> Valable un an, il est réservé aux familles de 3 enfants et plus, pour un arrêt d'activité totale.	Un retour à l'emploi : <b>complément libre choix du mode de garde ou CMG</b> , une aide pour l'emploi d'une assistante maternelle ou d'une garde à domicile, une place en microcrèche.
---	--	--



## LA « BOÎTE ROSE »

Elle vous sera distribuée dans la plupart des maternités et dans certaines régions chez votre sage-femme libérale, votre pédiatre ou votre PMI. Elle vous offre un colis cadeau destiné à vous accompagner pendant votre grossesse et la première année de votre bébé.

Elle contient :

- de nombreux produits de grandes marques
- des informations utiles et pratiques pour vous et votre bébé
- des cadeaux pour fêter l'arrivée de bébé
- des bons de réduction et des offres qui vous sont réservées
- les guides de puériculture HAPPY BABY.



## CONGÉ DE MATERNITÉ

- Pour le 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> enfant : 16 semaines
- Pour le 3<sup>e</sup> enfant : 26 semaines
- Pour des naissances multiples : jumeaux 34 semaines, triplés ou plus 46 semaines.

## CONGÉ DE PATERNITÉ

(cumulable avec le congé de naissance de 3 jours)

- 11 jours
- Pour des naissances multiples : 18 jours.

Pour plus d'informations :  
 guide Familles de France téléchargeable  
[www.familles-de-france.org](http://www.familles-de-france.org)

# L'ALLAITEMENT MATERNEL

## LES BIENFAITS DU LAIT MATERNEL : POUR UN ALLAITEMENT MATERNEL CHOISI

Les femmes savent-elles vraiment tous les trésors qui sont présents dans le lait maternel ? Probablement pas, sinon elles feraient comme 98% des femmes suédoises ou 95% des allemandes : elles allaiteraient leur bébé, idéalement 6 mois.

**S**i l'enfant double ses gencives en moyenne à 3 mois, il aura sa première dent à 6 mois, c'est le temps du sevrage.

### Sept notions essentielles à propos du lait maternel.

**1/** Le lait maternel contient 7 facteurs neurotrophiques destinés à la construction du système nerveux du bébé : cerveau et moelle épinière.

Ainsi à 1 an le bébé a gagné 5 kg en moyenne et reconnaît papa, maman, les frères et sœurs, les grands parents..., commence à marcher, à parler et à reconnaître les couleurs et connaître les noms des animaux.

**2/** Le lait maternel contient des immunoglobulines destinées à donner à Bébé un excellent système de défense immunitaire. Tant qu'il est allaité, il n'est pas utile de le faire vacciner.

**3/** Le lait maternel contient 4 fois moins de calcium que les autres laits animaux, cette quantité lui suffit car tout ce calcium est absorbé par l'intestin et complètement utilisé pour la croissance osseuse de Bébé. Les excès de calcium abîment l'intestin du Bébé et son système immunitaire.

**4/** Le lait maternel apporte 3 vitamines essentielles à son développement :

**Vitamine A :**

35 fois plus que dans le lait de vache

**Vitamine C :**

5 fois plus que dans le lait de vache

**Vitamine E :**

7 fois plus que dans le lait de vache.

**5/** Le lait maternel apporte des **acides gras essentiels** nécessaires à la construction du cerveau et de la mémoire.

**4 fois plus que dans le lait de vache.**

**6/** La composition du lait maternel varie dans la journée :

- plus gras le matin au début de la tétée
- moins gras, plus léger le soir pour favoriser le sommeil
- plus gras quand la lactation progresse de mois en mois.

**7/** Le lait maternel contient des ferments lactiques tel que Bifidobacterium longum, excellent probiotique qui est retrouvé dans l'intestin de l'enfant et intervient dans l'équilibre de sa flore intestinale.

## A 1 MOIS, SEUL 1/3 DES NOURRISSONS SONT ALLAITÉS DE FAÇON EXCLUSIVE

D'après une étude publiée récemment par l'Institut national de veille sanitaire\*, 69% des nourrissons sont allaités à la maternité, 60% exclusivement, mais à un mois ils ne sont plus que 54% dont 35% nourris exclusivement au sein. Pourtant toutes les études scientifiques confirment que « malgré l'amélioration de la qualité nutritionnelle des formules lactées du commerce, le lait maternel est le plus bénéfique pour la santé de l'enfant. » L'arrêt ou la diminution de l'allaitement concerne en particulier les femmes entre 18 et 24 ans, ayant un niveau d'études inférieur au Bac et n'ayant pas suivi de préparation à l'accouchement.

La conclusion de la présidente de la Société française de pédiatrie est simple : « Les femmes ne sont pas suffisamment accompagnées. »

Les séjours à la maternité sont de plus en plus courts. De retour à la maison les jeunes femmes se retrouvent submergées et à la première difficulté elles arrêtent d'allaiter. Un soutien adéquat permettrait de surmonter ces obstacles passagers. Il faut encourager les puéricultrices de la PMI à se rendre au domicile des mères en ciblant les groupes à risques : les jeunes mères et celles de faible niveau d'éducation.

\* Données recueillies dans 136 maternités de Métropole.

### ALLAITER UN BEBE ADOPTE : C'EST POSSIBLE !

Mettre l'enfant au sein et le pousser à téter pour assurer la montée de lait. La succion du mamelon déclenche le réflexe hormonal de la lactation qui peut être exclusive si l'enfant est confié à sa mère adoptive dès sa naissance. Des herbes peuvent augmenter la production lactée : le fenugrec à raison de 3 gélules 3 fois par jour ou le chardon béni à raison de 20 gouttes de teinture mère 3 fois par jour, il y a aussi le fenouil, la levure de bière, l'alfalfa mais aussi la réglisse et l'anis.