

Huit excellentes raisons d'allaiter votre bébé

- ❁ **N° 1 C'est pratique** - Le lait maternel est prêt en quelques secondes, est toujours propre et à la bonne température.
- ❁ **N° 2 C'est un aliment parfait pour les bébés** - Le lait maternel fournit à votre bébé exactement ce dont il a besoin pour son développement.
- ❁ **N° 3 Les bébés nourris au sein sont en meilleure santé** - Le lait maternel contient des anticorps qui aident votre bébé à avoir moins d'infections et d'allergies. Le lait maternel se digère plus facilement : votre bébé aura donc moins de diarrhées et sera moins souvent constipé.
- ❁ **N° 4 Les mamans sont aussi en meilleure santé** - Les recherches médicales montrent un lien entre l'allaitement maternel et la diminution des risques de cancer du sein et de l'utérus.
- ❁ **N° 5 Les mamans retrouvent leur silhouette plus rapidement** - L'allaitement maternel permet de brûler plus de calories et l'utérus se contracte, retrouvant sa forme et sa taille prénatales plus rapidement.
- ❁ **N° 6 C'est mieux pour l'environnement** - L'allaitement maternel n'entraîne aucun gaspillage, alors que l'allaitement artificiel se traduit par la mise aux ordures de bouteilles et de boîtes de conserve.
- ❁ **N° 7 L'allaitement maternel fortifie l'amour** - Le contact cutané vous rapproche, vous et votre bébé, et aide ce dernier à se sentir en sécurité.
- ❁ **N° 8 L'allaitement maternel fait épargner de l'argent** - plus de 1 000 \$ par année comparativement à l'allaitement artificiel, ce qui facilite l'équilibre du budget familial.

Le Manitoba observe, en octobre de chaque année, la Semaine mondiale de l'allaitement maternel, reconnaissant ainsi la supériorité du lait maternel.

Afin d'en apprendre plus sur l'allaitement maternel et les besoins des bébés, veuillez communiquer avec le bureau du programme Bébés en santé ou du Programme canadien de nutrition prénatale de votre région. Pour obtenir des renseignements sur ces programmes, veuillez composer le 945-1301 ou, sans frais, le 1 888 848-0140 (le 945-1305 pour les personnes ayant un appareil de télécommunications pour sourds). Si vous demeurez au sein d'une collectivité de Premières nations, veuillez téléphoner au 983-4199 pour connaître les programmes fédéraux offerts dans votre milieu.

Si vous nourrissez au sein et avez des questions ou avez besoin d'assistance, veuillez appeler l'infirmière de la santé publique locale ou communiquer avec La Ligue La Leche.



Enfants en santé
Manitoba



Manitoba

Les enfants et les familles d'abord