

Où trouver l'information ?

À l'hôpital de Braine l'Alleud

Sur rendez-vous: tél. : +32 2 434 94 39

1. Consultation prénatale d'allaitement
(individuelle et/ou collective)
2. Consultation postnatale d'allaitement
(individuelle)

A titre indicatif nous vous proposons une liste non exhaustive de sources d'informations:

Associations d'aide

- Infor-Allaitement :
permanence tél. : +32 2 242 99 33
<http://www.infor-allaitement.be>
- Allaitement-info :
permanence tél. : +32 71 31 61 16
- La Leche League :
tél. : +32 2 218 15 30
<http://www.lllbelgique.org>
- Breastfeeding support is available in English from the BCT :
tél. : +32 2 215 33 77
<http://www.bct.belgium.com>
- Wenst u informatie in het nederlands bel -vzw
Borstvoeding :
nr. : +32 5 140 76 99
<http://www.vzwborstvoeding.be>
-Vereniging Begeleiding en Bevordering van
Borstvoeding vzw :
nr. : +32 3 231 73 13
<http://www.vbbb.be>

Sites internet

- www.portal.health.fgov.be
(Comité fédéral allaitement maternel)
- www.lllbelgique.org
- www.santeallaitementmaternel.com
- www.sage-femme.be
- www.co-naitre.net
- www.alternative.be
- www.allaitement-jumeaux.com
- www.maisondelanaissance.be
- www.drjacknewman.com
- <http://users.skynet.be/fa387545>
(Association Belge des Consultantes en
Lactation Francophones et Germanophones
ABCLFG)

Lectures

- Newman J., Pitman T. L' allaitement
comprendre et réussir. Toronto : Jack Newman
Communications : 2006 : 512 p.
- Thirion M. L' allaitement maternel, de la
naissance au sevrage. Albin Michel, 2004 : 280
p.
- Brochures éditées par infor allaitement
(voir site internet)

L'hôpital de Braine-l'Alleud - Waterloo

adhère à la Charte de l'OMS

qui protège l'allaitement maternel des pratiques commerciales et publicitaires **en interdisant** la distribution gratuite de lait artificiel, tétines, biberons.
Suite à notre engagement le personnel soignant ne distribuera pas les boîtes roses ainsi que les sacs babyboom durant votre séjour en maternité.



Hôpital Braine-l'Alleud - Waterloo



Bien naître à Braine-l'Alleud

L' allaitement maternel : les clefs de la réussite



L'allaitement maternel, une alimentation

Chers parents,

L'équipe de la maternité de Braine-l'Alleud tient à vous féliciter pour l'arrivée de votre bébé.

Notre hôpital désire tout mettre en œuvre pour vous accompagner et vous soutenir par rapport au type d'alimentation que vous choisirez pour votre bébé.

Notre engagement répond aux 10 recommandations internationales émises par l'OMS/UNICEF et est repris dans notre charte affichée en différents endroits de notre institution.

Le lait maternel est l'aliment le mieux adapté à votre enfant, sa composition évolue au cours du temps afin de répondre à ses besoins nutritionnels durant les 6 premiers mois de sa vie. Le lait maternel présente de multiples avantages en terme de santé et de société :

- **Pour votre bébé** : il offre une meilleure protection immunitaire (contre certaines maladies, allergie...), est digeste, procure un sentiment de sécurité de par la proximité de la relation, aide au meilleur développement neuro-psycho-moteur... .
- **Pour la mère** : il est toujours disponible, hygiénique, à bonne température, gratuit. Pour sa santé : rétablissement plus rapide après l'accouchement, moins de risque de cancer, perte de poids plus rapide....
- **Pour la société** : il est économique en terme de santé publique (moins d'enfants malades...), écologique car pas de conditionnement ni de déchets.

le choix idéal 100% naturelle

Salle de naissance

Dans des conditions optimales de naissance : le bébé sera séché rapidement et déposé sur le ventre de sa mère pendant **1 heure ou plus**. Ce contact **peau à peau** est vivement conseillé durant les 48 premières heures du post-partum.



Ce moment privilégié de récupération où règne le calme, la chaleur, la pénombre va permettre à votre bébé de découvrir progressivement ses parents et de s'adapter à son nouvel environnement. C'est durant cette période et sous le regard attentif du soignant que devrait se dérouler la première tétée.

Cette première tétée spontanée (dès que votre bébé commence à manifester ses envies de succion) favorisera le bon déroulement de l'allaitement dans les jours à venir.

pour votre bébé : aux multiples avantages

Post-partum

La tétée se fait à la demande de votre bébé (sauf avis médical), soit **8 à 12 tétées/24 H**. Les tétées de nuit sont fréquentes et utiles au bon démarrage de l'allaitement maternel.

Il est important, durant ces premières mises au sein, de veiller à la bonne préhension du mamelon et de l'aréole (cf. fiche critères d'une mise au sein efficace). L'équipe soignante, de par sa compétence dans le domaine de l'allaitement, s'engage à vous accompagner durant cette période d'apprentissage.

Nous vous conseillons de donner à votre bébé **uniquement votre lait maternel** (sauf circonstances particulières). L'usage de biberons, tétines, lait artificiel,... est déconseillé car ils peuvent diminuer le nombre de tétées et compliquer le bon démarrage de l'allaitement.

Durant votre séjour en maternité nous encourageons la pratique du **rooming-in 24h/24h**. La proximité maman-bébé vous permettra de repérer **les signes d'appel** de votre bébé pour la tétée.

Les premiers jours, voire les premières semaines, sont des moments très intenses dans la vie des parents, c'est pourquoi nous vous encourageons à vous reposer en même temps que votre bébé.

PRENEZ LE TEMPS D'ETRE A L'ECOUTE
DE VOS BESOINS ET DE CEUX DE VOTRE BEBE

L'équipe de la maternité