



**En effet, ALLAITER est un geste « éco-bio-logique »**

## L'ALLAITEMENT MATERNEL EST UN GESTE ÉCOLOGIQUE

Le lait de femme est une ressource naturelle mondiale à protéger, elle est renouvelable et durable. Le lait est fabriqué par les mères dans les quantités exactes que réclament les bébés, sans gaspillage et sans peser sur l'environnement.

L'allaitement maternel a un impact environnemental direct. En effet, il ne demande ni eau, ni combustible. L'allaitement maternel abaisse les besoins en produits laitiers ainsi que les besoins en matières premières et par conséquent, les pollutions induites par la fabrication, le transport et l'utilisation des laits industriels pour nourrissons.

En comparaison, il faut 940 litres d'eau pour produire 1 kg de lait entier et 1 kg de lait est nécessaire pour produire 200 grammes de lait en poudre. Il faut donc 4 700 litres d'eau pour fabriquer 1 kg de lait en poudre !

Le lait maternel étant une ressource naturelle, gratuite et renouvelable, il a une incidence environnementale positive dans des domaines auxquels on ne pense pas forcément : Énergie ; Ressources naturelles ; Pollution de l'eau, de l'air, des sols ; Déforestation ; Changement climatique ; Santé et démographie.

L'allaitement maternel permet une économie considérable de déchets.

Selon une étude : pour trois millions de bébés nourris au biberon, 450 millions de boîtes de lait en poudre sont utilisées chaque année. Ce qui représente 70 000 tonnes de métal de déchets.

Selon une autre étude : si toutes les mères britanniques allaitaient leur bébé, 3 000 tonnes de papier par an seraient économisées (diminution de l'utilisation des serviettes hygiéniques ou des tampons liée au retard dans la réapparition des règles menstruelles quand les mères allaitent).

L'allaitement maternel diminue la prévalence des maladies digestives et respiratoires du bébé, protège la mère de certaines maladies chroniques et ainsi entraîne une réduction des dépenses de santé. Il protège et réduit le risque de dépression post-natale, permet une perte de poids et une involution utérine plus rapide en post-partum, réduit le risque de cancer du sein ou utérin. Il favorise la proximité mère/enfant et ainsi le bien naître.

Selon une étude réalisée en France, pour une élévation de 5 % du taux d'allaitement, une économie de 2,7 millions d'euros par an pourrait être faite sur les dépenses liées aux pathologies des jeunes nourrissons de 0 à 6 mois.

Une autre étude sur le coût des seules infections à Rotavirus estimait que si la proportion des enfants allaités en France était égale à celle de la Norvège (plus de 40% des enfants sont allaités à l'âge de 9 mois), on pourrait éviter 8 000 cas de diarrhées à Rotavirus et 1 000 hospitalisations par an.

Une autre étude sur les causes de mortalité infantile dans les pays en voie de développement indique que l'alimentation au biberon serait responsable indirectement du décès d'un million et demi d'enfants par an dans le monde (les enfants sont contaminés par l'eau nécessaire à la préparation des biberons entraînant diarrhées et infections diverses).

Allaiter est un geste vital pour les enfants en situation d'urgence lors des catastrophes naturelles (cyclones, inondations, sécheresse) par sa disponibilité immédiate et parce que le lait maternel contenant des anticorps permet un soutien immunitaire qui protège les bébés des maladies diarrhéiques et respiratoires, qui entraînent la malnutrition.

## L'ALLAITEMENT MATERNEL EST UN GESTE BIOLOGIQUE

La lactation est la suite physiologique de la grossesse et de l'accouchement.

Le nouveau-né a des compétences immédiates. Il naît avec une série de « réflexes nutritionnels » activés immédiatement après un accouchement normal, s'il est laissé tranquille sur le ventre maternel, il se positionnera seul en rampant à proximité du mamelon, guidé par l'odeur du sein.

Le lait maternel apporte des substances qui sont nutritionnellement parfaites pour les bébés humains, qui les protègent et leur apportent tous les éléments indispensables à leur croissance et au développement de leur cerveau et de leur système nerveux.

De plus, l'allaitement maternel favorise une proximité corporelle et relationnelle qui favorise le lien d'attachement, fondamental dans la mise en place de la relation parent-enfant.

L'allaitement maternel pourra devenir un choix logique si tous les futurs parents reçoivent une information claire et objective sur ses bienfaits, sur la physiologie, sur les « bons gestes » à connaître et à mettre en place dès l'accouchement, et sur les aides possibles si des difficultés surviennent.

Ce n'est qu'en fournissant aux parents des informations détaillées, et notamment sur l'impact de l'allaitement et du non allaitement qu'ils pourront effectuer un CHOIX en toute connaissance de cause et envisager de donner à leur bébé ce qu'il y a de meilleur pour lui, pour eux, et pour la planète.

Les professionnelles de la Protection Maternelle et Infantile (PMI) se mettent à votre disposition pour répondre à toutes vos questions et vous accompagner dans votre projet d'allaiter :

- **TERRITOIRE DE METZ-ORNE**  
Secrétariat de PMI - **03 87 21 56 60**
- **TERRITOIRE DE THIONVILLE**  
Secrétariat de PMI - **03 87 37 83 97**
- **TERRITOIRE DE FORBACH/ST-AVOLD**  
Secrétariat de PMI - **03 87 21 98 31**
- **TERRITOIRE DE SARREGUEMINES/BITCHE**  
Secrétariat de PMI - **03 87 35 03 32**
- **TERRITOIRE DE SARREBOURG/CHÂTEAU-SALINS**  
Secrétariat de PMI - **03 87 03 09 13**



### RESSOURCES

#### Messages clés :

Protéger les nourrissons en cas d'urgences: informations pour les médias, Infant Feeding in Emergencies (IFE) Core group

Dossier semaine mondiale allaitement maternel thème 2009 : situations de crise

Le Code et l'alimentation infantile en situation d'urgence, IBFAN&Emergency Nutrition Network, Emergency Nutrition Network (ENN)

Fiche d'information IBFAN sur l'alimentation infantile dans les situations d'urgence

À l'occasion de la Conférence de l'ONU sur le développement durable (Rio+20), IBFAN-GIFA a préparé une affiche sur le thème de « La Terre est notre mère » en collaboration avec WABA (World Alliance for Breastfeeding Action <http://www.waba.org.my/>).

Ce texte fait une comparaison entre l'allaitement maternel et l'alimentation artificielle au moyen de formules infantiles en termes d'utilisation des ressources de notre planète (énergie, métaux, plastiques, carburant, eau et bois).

En 2014, IBFAN a publié un rapport en anglais intitulé 'Formula For Disaster. Weighing the Impact of Formula Feeding Vs Breastfeeding on Environment qui compare en détail l'impact écologique de l'allaitement maternel et de l'alimentation infantile au moyen de produits industriels et met en évidence le fait que l'allaitement maternel est à la fois optimal pour l'enfant et pour la planète.

<http://files.ennonline.net/attachments/952/ife-media-guide-french.pdf>

[http://www.worldbreastfeedingweek.net/wbw2009/images/french\\_2009actionfolder.pdf](http://www.worldbreastfeedingweek.net/wbw2009/images/french_2009actionfolder.pdf)

<http://ibfan.org/art/FocusFrenchFinal.pdf>

<http://www.gifa.org/wp-content/uploads/2014/02/Alimentation-infantile-situations-durgence-extra-info.pdf>

<http://www.ibfan.org/art/2013-FRENCH-Rio-poster.pdf>

<http://ibfan.org/docs/FormulaForDisaster.pdf>

<http://www.gifa.org/international/environnement-et-climat>