

Allaitement

Une histoire de l'allaitement

Marie-France Morel, Didier Lett
BB00002

Une femme allaite son enfant... ce geste si simple, si universel, a suscité d'innombrables représentations picturales. Du culte d'Isis aux allégories nourricières, des Vierges à l'enfant aux mères montrées dans leur vie quotidienne, cette scène chargée d'émotion traverse toute l'histoire de l'art. Mais l'allaitement eut aussi une histoire contrastée, révélatrice de l'évolution de la place des bébés dans notre société. En retraçant la vie des mères et des nourrices d'autrefois, et en éclairant la signification des images sacrées, profanes et populaires de l'allaitement, cet essai magnifiquement illustré apporte une contribution particulièrement originale à l'histoire de la maternité.

100 reflexes allaitements

Melanie Schmidt-ulmann **BB00008**

Comment se préparer à l'allaitement pendant la grossesse ? L'allaitement, est-ce que ça fatigue ? Est-ce que ça fait mal ? Quels vêtements acheter ? Quels accessoires ? Quelles sont les positions les plus confortables pour allaiter ? Comment savoir si Bébé boit assez ? Et s'il a fini sa tétée ? Vous avez choisi d'allaiter ou vous n'en êtes pas encore tout à fait sûre ? Vous souhaitez allaiter 3 jours ou 3 ans ? Écrit par une jeune maman-doula, ce livre apporte des réponses de bon sens et réconfortantes à toutes les questions que vous vous posez. De la préparation pendant la grossesse au sevrage, adoptez les bons réflexes pour réussir votre allaitement.

Abcès du sein, baby blues, engorgement, surabondance de lait... de A à Z, les réponses naturelles à tous les soucis de maman. Bébé goulé, bébé dormeur, bébé prématuré, hoquet... de A à Z, on réagit à chaque problème de Bébé.

Les bons conseils et les astuces d'une jeune maman-doula : Mélanie Schmidt-Ulmann est mère de trois jeunes enfants (qu'elle a allaités, bien sûr !) et l'une des premières doules en France. Les doules, très nombreuses dans les pays anglo-saxons, apportent soutien et réconfort aux jeunes mamans avant, pendant et après l'accouchement.

L'allaitement de mon enfant,

Clés pour un allaitement épanoui

Catherine Maupas, Marie-Dominique Linder **BB0004/BB0005**

L'allaitement est la meilleure prévention contre les allergies alimentaires. Tous les conseils pratiques pour bien démarrer et réussir l'allaitement

L'allaitement de la naissance au

sevrage *Dr Marie Thirion* **BB00007**

Longtemps considéré comme une pratique démodée, l'allaitement qui avait perdu sa juste place dans la vie du nouveau-né a regagné du terrain, notamment grâce au travail de Marie Thirion, spécialiste reconnue de la question, auprès des professionnels et dans les médias. Elle répond à toutes les futures mères : - Toutes les femmes peuvent-elles allaiter ? - Pourquoi certaines femmes disent-elles qu'elles n'ont pas eu de lait ? - Quels sont les avantages du lait maternel par rapport au lait maternisé ? - Est-ce que l'allaitement fatigue ? - Qu'est-ce qu'une lymphangite ? - Peut-on interrompre l'allaitement pendant quelques jours ? - Que faire si le bébé ne veut pas téter ? - Comment doit se nourrir une femme qui allaite ? - L'allaitement abîme-t-il les seins ?.....Le Dr Marie Thirion, pédiatre, spécialiste de l'allaitement, chargée du Diplôme interuniversitaire d'allaitement maternel à la faculté de médecine a également publié Les compétences du nouveau-né, et Le sommeil, le rêve et l'enfant (avec Marie-Josèphe Chalamel). En France, elle est la référence en matière d'allaitement.

Allaiter c'est bon pour la santé

BB0003

Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau

L'allaitement maternel étant la norme biologique de l'espèce humaine et le lait de femme l'étalon-or de l'alimentation infantile, on ne devrait pas avoir besoin de prouver que " c'est mieux " que les laits industriels.

Les choses étant ce qu'elles sont, les parents devraient au moins avoir accès à toute l'information disponible sur le sujet, afin de pouvoir faire un choix éclairé. Cet ouvrage contribue à les aider en passant en revue (pour être exhaustif, il faudrait plusieurs volumes) les études les plus récentes sur la composition du lait maternel, les effets de tel ou tel de ses composants, les bénéfices de l'allaitement pour la santé de l'enfant ET de sa mère à court et à long terme. Avec également des indications sur la manière de procéder quand la mère ou l'enfant est malade. Vous y trouverez aussi tous les arguments pour justifier cette forme d'alimentation naturelle de l'enfant qui renforce sa santé et son immunité, lui assure un développement harmonieux et intensifie les relations avec sa mère. Pour la mère également, c'est source de meilleure santé, mais aussi de joie de retrouver et de partager... sachant que ces moments de communion avec son enfant sont uniques.

Petit guide de l'allaitement pour la mère qui travaille **BB00006**

Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau

Toutes les études épidémiologiques le confirment : l'allaitement maternel est bien le choix santé en matière d'alimentation

infantile ! Et plus il dure, plus ses bienfaits sont grands. Malheureusement, on croit encore trop souvent que la reprise du travail empêche d'allaiter plus de quelques semaines et oblige à sevrer.

En fait de plus en plus de femmes le démontrent jour après jour il est tout à fait possible de poursuivre l'allaitement en travaillant. Ce livre, enrichi de nombreux témoignages de mères, détaille les différentes options possibles (et cumulables) : continuer d'allaiter à la demande dès qu'on a l'enfant avec soi (matin, soir, nuit, jours de congé, vacances...); aller l'allaiter dans la journée, s'il est gardé non loin du lieu de travail, voire sur le lieu de travail (crèche d'entreprise) ; tirer son lait, pour qu'il lui soit donné par les personnes qui le gardent, si l'on souhaite qu'il continue de bénéficier d'un allaitement exclusif. Un large chapitre est consacré à cette dernière option : comment tirer son lait, où, quand, avec quoi, comment le conserver, etc. En annexe, on trouvera l'état de la législation en la matière (pauses « allaitement », locaux dédiés) en France, en Suisse, en Belgique et au Québec.

L'allaitement La voie lactée

BB00010 / BB00164

Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau

La question : Pourquoi l'allaitement fait-il vraiment la différence pour la santé de la mère et de l'enfant et comment faire pour que ça marche ?

La réponse : Contrairement à ce que l'on peut entendre parfois, promouvoir l'allaitement exclusif au sein les premiers mois de la vie de l'enfant n'est pas un retour au passé. Il s'agit au contraire d'une démarche radicalement neuve, susceptible de donner aux femmes une formidable confiance en leurs capacités, tout en créant une nouvelle génération de bébés plus épanouis et plus en santé.

L'art de l'allaitement maternel

La leche league **BB00009**

Le lait maternel est la nourriture qu'il faut à votre bébé. Pourtant, même si l'allaitement est la chose la plus naturelle qui soit, il ne va pas toujours de soi. À toutes celles qui doutent ou qui ne s'en sortent pas, pas de panique : L'Art de l'allaitement maternel est là ! Écrit par des mamans pour des mamans, ce livre pas comme les autres est le fruit de l'expérience de centaines de milliers de mères qui ont allaité. Comment se préparer à l'allaitement ? Comment bien mettre Bébé au sein ? Comment augmenter sa production lactée, prévenir ou guérir les crevasses ? Comment concilier travail et allaitement ? L'Art de l'allaitement maternel répond à toutes les questions que vous vous posez sur l'allaitement, dès la grossesse, et jusqu'au sevrage. Grâce à de nombreux témoignages de mamans et de papas qui vous ressemblent, il vous accompagne en douceur pendant cette période essentielle dans la vie

d'un enfant et d'une maman. Un livre indispensable pour toutes les mères qui allaitent.

Tendresses lactées

Stéphane Klein **BB00011**

L'allaitement long expliqué à mon psy **BB00171**

Agnès Vigouroux

« Vous l'allaitiez encore ?! » s'exclament face au bambin allaité le médecin qui prescrit le sevrage au lieu d'aider la mère à mener au mieux l'allaitement, le psychologue qui croit qu'un enfant allaité l'est au même rythme qu'un nouveau-né et en tire des conclusions catastrophiques, la voisine et la belle-mère, etc. L'allaitement, norme biologique de notre espèce, n'implique aucune restriction de durée. Parler d'un allaitement comme « long » est une élaboration culturelle. Le fait que notre société définisse une norme au delà de laquelle l'allaitement surprend ou choque nous en apprend beaucoup sur elle-même, son rapport à l'enfance, ses représentations du corps et sur la place de la femme. En effet dans un monde où l'image sexualisée de la femme est omniprésente, pourquoi voir un enfant téter dérange-t-il ? Pudeur sélective, clichés psychologiques ? La puériculture est devenue un domaine où les accessoires sont rois. Notre culture prône la séparation, l'autonomisation, la socialisation. Mais peut-être faudrait-il commencer par favoriser les processus d'attachement. Il est urgent que les professionnels de l'enfance et de la santé découvrent la réalité de l'allaitement afin de pouvoir soutenir au mieux les personnes qui les sollicitent.

Voir aussi Revue : Bébé au sein