



FÉDÉRATION  
Nourri-  
Source

# ALLAITEMENT DU BAMBIN

## Le plus longtemps le mieux

- La relation d'allaitement avec l'enfant change au fil du temps, l'allaitement lui permet d'assouvir son besoin de réconfort et l'aidera à atteindre une certaine autonomie
- L'allaitement participe au développement du cerveau et des systèmes immunitaire et digestif afin d'atteindre une maturité optimale; ainsi, plus longtemps un enfant est allaité, plus les bienfaits sont grands



Santé Canada  
et l'OMS  
recommandent  
l'allaitement  
jusqu'à  
2 ans ou plus,  
après  
l'introduction  
des solides  
vers 6 mois  
**2023**

[www.nourri-source.org](http://www.nourri-source.org)



- Un code verbal ou non verbal peut servir de signal lorsque le bambin désire avoir du lait en présence de visiteurs ou dans un lieu public
- Le lait maternel couvre 1/3 des besoins nutritionnels de l'enfant durant sa 2e année de vie
- Il est possible de retourner au travail et de continuer à allaiter aussi souvent que désiré lorsqu'on est avec l'enfant

RÉFÉRENCE : LE PETIT NOURRI-SOURCE

