

# Alimentation du nourrisson dans le contexte de COVID-19

Les recommandations de l'ANJE n'ont pas changé au cours de la pandémie COVID-19:

- Commencer à allaiter dans l'heure qui suit l'accouchement
- Continuer l'allaitement maternel exclusif jusqu'à l'âge de 6 mois
- Commencer les aliments complémentaires à 6 mois
- Continuer à allaiter jusqu'à l'âge de 2 ans ou plus

L'allaitement protège contre les maladies respiratoires et gastro-intestinales et prévient la malnutrition et la mortalité.

L'allaitement maternel ne se reprends pas facilement une fois interrompu, il est donc essentiel de prendre des mesures pour promouvoir, protéger et soutenir l'allaitement maternel, en particulier en cas d'urgence.

## Gardiens qui ont le COVID-19



Laver les mains avec du savon pendant 20 secondes



Porter un masque, s'il est disponible



Nettoyer les surfaces qu'ils touchent

## Le virus passe-t-il par le lait maternel?

Le virus COVID-19 n'a pas été trouvé dans le lait maternel. Il n'y a aucun cas de transmission par le lait maternel connu.

## L'allaitement maternel doit-il continuer si un enfant a COVID-19?

Oui, l'allaitement doit continuer car il apporte nutrition, protection immunitaire et confort à l'enfant malade. Les enfants malades peuvent être allaités plus souvent et les parents peuvent remarquer que l'enfant de plus de 6 mois mange moins de nourriture que d'habitude. Les mères doivent être encouragées à offrir souvent le sein.

## Les nourrissons doivent-ils être placés peau à peau après la naissance pour faciliter la transition et l'initiation de l'allaitement?

Oui, l'initiation précoce à l'allaitement maternel sauve des vies et protège les nourrissons contre les maladies.

Un contact peau à peau immédiat pendant une heure ou plus doit être instauré à la naissance. Un masque et une hygiène des mains doivent être offerts à la mère.

## Quelles mesures peuvent être prises pour réduire le risque d'infecter un bébé si un parent a COVID-19 ?

Prendre soin des bébés est une activité intime, peu importe comment ils sont nourris.

Encouragez les parents à se laver les mains avant et après le contact avec le bébé, portez un masque si possible et nettoyez les surfaces que la personne infectée a touchées.

## Les mères devraient-elles continuer à allaiter si elles ont du COVID-19?

Oui, les mères doivent continuer à allaiter tout en limitant l'exposition du bébé au virus en utilisant des précautions respiratoires. Cela permet la nutrition, la protection immunitaire et le confort que l'allaitement maternel procure.

## Des changements dans la gestion de l'allaitement maternel sont-ils recommandés?

Continuez avec les recommandations de l'ANJE et les sujets de conseils sur l'allaitement. Fournir un soutien supplémentaire aux familles qui peuvent se sentir anxieuses.

Offrir des conseils sur le lavage des mains, l'utilisation du masque et le nettoyage des surfaces touchées. même à ceux qui ne sont pas actuellement infectés

## Quand est-il sûr de reprendre l'allaitement après une infection à COVID-19?

L'allaitement ne doit pas être interrompu.

L'allaitement doit se poursuivre tout au long d'une infection par COVID-19, en prenant des précautions pour se laver les mains, porter un masque (si possible) et nettoyer les surfaces qu'ils touchent.

## Les nourrissons courent-ils un risque supplémentaire de COVID-19 ?

Non. Contrairement à la plupart des infections, les nourrissons et les jeunes enfants semblent tomber moins malades que les adultes lorsqu'ils sont infectés par COVID-19.

## **Si une mère exprime du lait lors d'une infection au COVID-19, quelle méthode est préférable?**

Dans la mesure du possible, l'allaitement maternel direct doit être encouragé. Comment exprimer dépend de la préférence de la mère et de ce qui est disponible.

Dans les premiers jours après la naissance, l'expression à la main fonctionne souvent mieux. L'expression à la main ne nécessite aucun équipement, seulement de la pratique.

Si une pompe manuelle ou électrique est utilisée, toutes les pièces doivent être désinfectées après chaque utilisation, y compris le boîtier du moteur de la pompe.

Les contenants de lait qui ne sont pas immédiatement nourris au bébé doivent également être nettoyés et stockés conformément aux pratiques standard de stockage du lait

## **Si une mère n'est pas en mesure de fournir du lait maternel à son bébé, faut-il envisager le lait de donneur ou l'allaitement par une autre mère / nourrice?**

Oui, si le lait de la mère n'est pas disponible, le lait d'une autre mère en bonne santé peut être envisagé. Ce que nous savons pour l'instant, c'est que les nourrissons et les jeunes enfants sont moins affectés par COVID-19.

Les donneurs de banque de lait et ceux qui partagent du lait avec d'autres devraient être en bonne santé et, s'ils ont été infectés par COVID-19, suspendre le don jusqu'à ce que l'autorisation médicale soit donnée.

## **L'introduction d'aliments complémentaires devrait-elle être retardée pendant l'épidémie de COVID-19?**

Non. Les recommandations de l'ANJE n'ont pas changé et des aliments complémentaires devraient être introduits vers l'âge de 6 mois, pendant que l'allaitement maternel continue.

## **Quelles mesures devraient être mises en œuvre pour les nourrissons nourris avec des préparations pour nourrissons?**

Les nourrissons nourris partiellement ou entièrement avec des préparations pour nourrissons courent un risque accru de maladie infectieuse de toutes causes et sont plus susceptibles d'avoir besoin de soins médicaux ou d'être hospitalisés.

Alors qu'une hygiène stricte doit toujours être respectée lors de la préparation des préparations pour nourrissons, la prévention des maladies dues à la contamination ou aux erreurs de préparation est particulièrement importante aujourd'hui. Dans la mesure du possible, seul un adulte en bonne santé doit préparer et nourrir les préparations pour nourrissons.

Limitez le nombre des membres de ménage qui nourrissent le bébé pour réduire le risque de transmission. Soyez prêt à fournir des instructions aux ménages qui n'ont pas encore préparé de préparations pour nourrissons au cas où le parent ou le tuteur habituel tombe malade

Les instructions sur la préparation plus sûre des préparations pour nourrissons devraient inclure le lavage des mains, l'utilisation de masques et des instructions sur le nettoyage des surfaces et de l'équipement ainsi que des conseils de stockage.

## **Si une mère est trop malade pour allaiter son bébé et / ou est séparée de son bébé à la naissance, comment la lactation doit-elle être initiée et maintenue?**

Si une mère ne peut pas rester avec son bébé, la lactation doit être maintenue en exprimant le lait au moins 8 à 10 fois par jour en utilisant l'expression à la main et / ou un tire-lait.

Pour les femmes qui ont allaité avant la séparation, l'expression régulière du lait réduira le risque de douleur et d'infections mammaires. Pour les femmes qui viennent d'accoucher, l'expression régulière protégera leur capacité à nourrir leur bébé, tout en leur fournissant une protection immunitaire critique dans les premiers jours de la vie.

Le premier lait épais et collant (colostrum) des premiers jours de la vie est mieux exprimé par le massage et l'expression à la main et recueilli dans une seringue, une tasse ou une cuillère. Même de très petites quantités doivent être conservées pour nourrir le bébé.

## **Y a-t-il des changements aux recommandations générales sur la préparation des aliments complémentaires pendant la pandémie?**

L'alimentation complémentaire doit se poursuivre conformément aux recommandations standard de l'ANJE, notamment en fournissant des aliments riches en nutriments et culturellement appropriés et en évitant les produits hautement transformés. Le lavage des mains avant de préparer et de nourrir l'enfant doit se poursuivre.

Lorsque les bols, ustensiles ou tasses partagés sont typiques, pensez à donner à l'enfant son propre bol, sa tasse et ses ustensiles qui ne sont pas utilisés par d'autres. De même, reconsidérez la pré-mastication des aliments pour les enfants pendant cette période, en utilisant une fourchette ou une cuillère propre pour écraser à la place.

## **Existe-t-il des recommandations spécifiques pour une alimentation complémentaire si l'enfant est infecté par COVID-19? Faut-il éviter ou encourager des aliments particuliers?**

Non. Continuer d'offrir des fruits et légumes frais, des grains entiers et des sources de protéines saines qui sont familières et appréciées de l'enfant. Comme d'habitude, évitez les aliments riches en sucre et en sel tels que les aliments ultra transformés, les aliments «indésirables» et les boissons gazeuses.

Il existe un risque que les parents soucieux du bien-être de leurs enfants se tournent vers des aliments hautement transformés tels que les laits de suite, les collations «enrichies» ou d'autres aliments. Cela augmente l'insécurité alimentaire et augmente le risque de malnutrition.

### **Contact:**

a.iellamo@savethechildren.org.uk  
Global IYCF-E Advisor  
savethechildren.org.uk



**Save the Children**

info@safelyfed.ca  
safelyfed.ca/covid19-resources/

**SafelyFed**  
Canada

### **References:**

**World Health Organization (WHO) COVID-19 Infection Control Guidelines**  
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/infection-prevention-and-control>

**Global Technical Assistance Mechanism for Nutrition (GTAM) COVID-19 Guidance**  
[https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/nutrition\\_guidance\\_on\\_covid\\_19\\_emergencies.pdf](https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/nutrition_guidance_on_covid_19_emergencies.pdf)