



# TESTEZ VOS CONNAISSANCES ! ALLAITEMENT maternel & ...

## 1. ... CLIMAT

**L'allaitement maternel permet de réduire la production de CO<sub>2</sub>, pour un enfant allaité pendant 6 mois, de :**

- 30 kg de CO<sub>2</sub>       50 kg de CO<sub>2</sub>       100 kg de CO<sub>2</sub>

## 2. ... ÉCOLOGIE

*L'empreinte hydrique d'un produit est la consommation d'eau nécessaire à l'élaboration de ce produit depuis le point de départ, jusqu'au consommateur final. Ce besoin en eau peut être calculé comme l'empreinte carbone.*

**L'empreinte hydrique d'un kg de lait en poudre est de :**

- 40 litres       725 litres       4700 litres

## 3. ... SANTÉ

**Selon vous, sur quoi l'allaitement maternel a des effets bénéfiques :**

**Pour l'enfant :**

- Anti infectieux  
 Prévention de l'obésité  
 Protection contre l'asthme

**Pour la mère :**

- Protection contre le diabète de type 2  
 Protection contre les cancers du sein et de l'ovaire

## 4. ... ÉCONOMIE

**Combien coûte l'achat des produits d'allaitement artificiel (lait et accessoires) pour 6 mois en moyenne ?**

- 246 €       477 €       699 €

# ALLAITEMENT maternel & ... REPONSES AU QUIZZ

Coordination Périnatale Grand-Est



©Mursà

## 1. ... CLIMAT – réduction de la production de CO<sub>2</sub>

**Entre 95 et 153 kilogrammes de CO<sub>2</sub>** sont économisés pour chaque enfant allaité pendant les six premiers mois de sa vie. Soutenir l'allaitement maternel et assurer des conditions qui permettent aux mères d'allaiter leurs bébés est donc une nécessité d'un point de vue écologique.

Ref: Karlsson JO, Garnett T, Rollins NC, Rööös E. The carbon footprint of breastmilk substitutes in comparison with breastfeeding. J Clean Prod 2019

## 2. ... ÉCOLOGIE – empreinte hydrique

**L'empreinte « eau » pour un kg de lait en poudre est d'environ 4 700 litres.**



**A vos calculatrices !** La plupart des formules sont à base de lait de vache en poudre. L'empreinte hydrique moyenne du lait de vache entier est d'environ **940 litres/kg**. Un kg de lait de vache donne environ 200 g de lait en poudre. Donc l'empreinte « eau » d'un kg de lait en poudre est d'environ :  $940 \times 5 = 4\,700$  litres/kg.

Ref: Joffe Naomi, Webster Flic, Shenker Natalie. Le soutien à l'allaitement est un impératif environnemental BMJ 2019; 367: I5646

## 3. ... SANTÉ – effets bénéfiques sur la santé

**L'allaitement maternel a des effets bénéfiques sur tous ces sujets !**

Tout est juste, une série de synthèses d'études et de revues de la littérature a montré les effets de l'allaitement sur la santé de la mère et de l'enfant à court et long termes.

Ref: Conséquences à long terme de l'allaitement maternel sur le cholestérol, l'obésité, la pression artérielle systolique et le diabète de type 2: revue systématique et méta-analyse. Acta Paediatr Suppl. 2015

## 4. ... ÉCONOMIE

Le coût de l'allaitement artificiel pour une durée de 6 mois (lait et accessoires) se situe entre 438 et 517 euros soit une **moyenne de 477 euros.**

Ref: Jules Simonnet. L'allaitement artificiel: situation actuelle, mécanismes et conséquences. Sciences du Vivant [q-bio]. 2014. hal-01733599