

# Un mélange miraculeux: le lait maternel

**Nous avons commandé à l'homme [la bienfaisance envers] son père et sa mère. Sa mère l'a porté [subissant pour lui] peine sur peine ; son sevrage a lieu à deux ans. Sois reconnaissant envers Moi ainsi qu'envers tes parents. Vers Moi est la destination. (Coran, 31 : 14)**



Grâce aux substances entrant dans sa composition, le lait maternel est un composé sans pareil créé par Dieu pour répondre aux besoins nutritionnels du bébé et pour le protéger contre d'éventuelles maladies. L'équilibre nutritionnel du lait maternel est à un niveau idéal et le lait constitue la meilleure nourriture possible pour le corps immature du bébé. Le lait maternel est par ailleurs très riche en ingrédients qui accélèrent le développement des cellules du cerveau et du système nerveux.<sup>99</sup> Aucune nourriture artificielle produite avec la technologie actuelle ne peut remplacer cet aliment miraculeux.

La liste des bienfaits nutritifs prodigués par le lait maternel au bébé augmente chaque jour. La recherche a montré que les bébés nourris avec le lait maternel sont particulièrement protégés contre les infections liées au système respiratoire et au système digestif. Tout cela grâce aux anticorps contenus dans le lait maternel pour lutter contre les infections. Une autre propriété anti-infectieuse du lait maternel est qu'il fournit un environnement accueillant pour la bactérie "bénéfique" appelée "flore bactérienne", constituant ainsi une barrière contre les bactéries nocives, les virus et les parasites. En outre, il a été aussi démontré qu'il y a certains facteurs du lait maternel qui préparent le système immunitaire contre des maladies infectieuses et lui permettent de fonctionner correctement.<sup>100</sup>

Étant donné que le lait maternel a été spécialement fabriqué pour les bébés, il est aussi la nourriture la plus digeste pour eux. Bien que très riche sur le plan nutritionnel, il est facilement digéré par le système digestif très sensible du bébé. Le bébé dépense ainsi moins d'énergie en digestion, et peut préserver le reste de l'énergie pour d'autres fonctions telles que la croissance et le développement des organes.

Le lait des mères ayant donné naissance à des prématurés contient des concentrations plus élevées en graisses, protéines, sodium, chlore et fer par rapport au cas d'une naissance à terme, répondant ainsi aux besoins plus grands du nouveau-né. En effet, il a été établi que les fonctions de l'œil se développent mieux chez des prématurés nourris au lait maternel, et qu'ils font preuve de plus d'intelligence durant les tests. De plus, ils bénéficient de bien d'autres bienfaits.

L'une des raisons pour laquelle le lait maternel est essentiel au développement du nouveau-né est la présence d'acides gras Oméga-3 de type acide alpha linoléique, composé essentiel non seulement pour le cerveau humain et pour la rétine, mais aussi pour le nouveau-né. La présence d'acide gras oméga-3 est particulièrement cruciale pendant la grossesse et les premières phases de la vie du bébé pour permettre un développement normal du cerveau et des nerfs. Les scientifiques insistent particulièrement sur l'importance du lait maternel en tant que réserve naturelle et parfaite d'oméga-3.<sup>101</sup>

De plus, des recherches faites par les scientifiques de l'Université de Bristol ont révélé que parmi les bienfaits à long terme du lait maternel, on note les effets positifs sur la pression artérielle, réduisant ainsi les risques de crises cardiaques. L'équipe de recherche en a conclu que la nature protectrice du lait maternel provient de son contenu nutritionnel. Selon les résultats de la recherche, publiés dans le journal médical *Circulation*, les bébés nourris au lait maternel ont moins de risque de développer des maladies cardiaques. Il a été montré que la présence dans le lait maternel d'acides gras polyinsaturés à longue chaîne, qui empêchent le durcissement des artères, et le fait aussi que les bébés nourris au lait maternel consomment moins de sodium - ceci est lié de près à la pression sanguine - et évitent ainsi un gain excessif de poids sont parmi les bienfaits du lait maternel pour le coeur.<sup>102</sup>

En outre, une équipe dirigée par le Dr Lisa Martin, du Centre Médical de l'hôpital pour enfants de Cincinnati, Etats-Unis, enregistra des concentrations élevées en adiponectine, une substance hormonale, dans le lait maternel.<sup>103</sup> Un taux élevé d'adiponectine dans le sang est associé à un risque réduit d'attaque cardiaque. De faibles taux d'adiponectine sont enregistrés chez les personnes souffrant d'obésité et qui présentent un risque cardiaque élevé. Par conséquent, il a été établi que le risque d'obésité chez les bébés nourris au lait maternel diminuait proportionnellement à l'augmentation de la concentration de ladite hormone. Ils ont par ailleurs détecté la présence dans le lait maternel d'une autre hormone, la leptine dont le rôle dans le métabolisme des graisses et des sucres est central en stimulant la satiété. On pense qu'elle correspond au signal envoyé au cerveau notifiant de la présence de graisses dans le corps. Selon le Dr Martin, ces hormones absorbées durant la petite enfance via le lait maternel, réduisent le risque de maladies telles l'obésité, les diabètes de type 2 ainsi que la résistance à l'insuline, et la coronaropathie.<sup>104</sup>

Des faits à propos des "aliments les plus frais"

Les bienfaits du lait maternel ne sont pas limités à ces éléments uniquement. Sa contribution à la santé du bébé varie selon les phases d'évolution du bébé et quels que soient les aliments requis à telle ou telle étape particulière. Cette composition change sans cesse pour répondre à ces besoins spécifiques. Le lait maternel, prêt à tout moment et à la température idéale, joue un rôle majeur dans le développement du cerveau grâce au sucre et à la graisse qu'il contient. En outre, des éléments, tel que le calcium, jouent un rôle majeur dans le développement des os du bébé.

Bien que qualifié de lait, ce composant miraculeux est surtout composé d'eau. Cette qualité est très importante, car en plus de nourriture, les bébés ont besoin de liquide sous forme d'eau. Une hygiène totale ne peut être trouvée ailleurs dans l'eau et autres aliments à part le lait maternel. Pourtant, le lait maternel - composé à 90% d'eau pas moins - répond aux besoins en eau du bébé de la manière la plus saine qui soit.

Le lait maternel et l'intelligence

Les recherches scientifiques ont montré que le développement des fonctions cognitives des bébés nourris au lait maternel est plus important que celui des autres bébés. Une analyse comparative des bébés nourris au lait maternel et ceux nourris au lait artificiel faite par James W. Anderson, un expert de l'Université du Kentucky, a établi que le QI des bébés nourris au sein est supérieur de 5 points à celui des bébés nourris au biberon. En conclusion, cette étude montre que le lait maternel est bénéfique pour l'intelligence des bébés élevés au sein jusqu'à 6 mois alors que les enfants qui en sont nourris pendant moins de 8 semaines ne bénéficient pas du même effet sur le QI.<sup>105</sup>

Est-ce que le lait maternel combat le cancer ?

En conclusion de toutes les recherches effectuées, il a été prouvé que le lait maternel qui a fait l'objet de centaines d'articles, protège le bébé contre le cancer. Toutefois, le mécanisme d'action n'est pas encore entièrement cerné. Il a été montré qu'une protéine du lait maternel est capable d'éliminer in vitro des cellules cancéreuses développées en laboratoire, sans endommager les cellules saines. Les chercheurs en ont alors souligné le grand potentiel. C'est Catharina Svanborg, Professeur d'Immunologie clinique à l'Université de Lund en Suède qui a dirigé l'équipe de recherche à l'origine des découvertes des secrets du lait maternel.<sup>106</sup> Ces chercheurs ont décrit l'effet protecteur du lait maternel contre toutes formes de cancer, comme étant une découverte miraculeuse.

Au départ, les chercheurs ont traité les cellules de la muqueuse intestinale des nouveaux-nés avec du lait maternel. Ils notèrent que les troubles provoqués par la bactérie pneumocoque, responsable de la pneumonie,

sont stoppés de manière efficace par le lait maternel. De plus, les bébés nourris au lait maternel souffrent moins de troubles de l'audition que les autres et sont moins sujets aux infections respiratoires. Après une série de travaux, il fut démontré que le lait maternel protège également contre le cancer. Après avoir montré que les cas de cancer du sang atteignant les enfants étaient 9 fois plus élevés chez ceux nourris au biberon, ils réalisèrent que les mêmes résultats sont applicables aux autres formes de cancer. D'après ces résultats, le lait maternel circonscrit avec précision les cellules tumorales et procède ensuite à leur destruction. C'est une substance appelée alpha-lac (alpha-lactalbumine), présente en grandes quantités dans le lait maternel, qui est un agent anti-cancéreux puissant. L'alpha-lac est produit par une protéine qui joue un rôle dans la production et l'assimilation du lactose dans le lait maternel.<sup>107</sup>

Ce bienfait sans pareil est un don de Dieu



Une autre caractéristique miraculeuse du lait maternel est son bienfait extrême durant les deux premières années de l'enfant.<sup>108</sup> Cette importante information, découverte seulement récemment par la science, a été révélée par Dieu, il y a 14 siècles de cela dans le verset suivant : "Et les mères qui veulent donner un allaitement complet allaiteront leurs bébés deux ans complets." (Coran, 2 : 233)

De la même manière, la mère ne décide pas d'elle-même de produire du lait, la source idéale de nourriture du bébé, faible et ayant besoin de se nourrir, tout comme elle ne décide pas non plus de sa composition. C'est Dieu Tout-Puissant, qui sait ce dont le bébé a besoin et dispense Sa miséricorde sur chaque être vivant, qui crée le lait pour le bébé dans le corps de sa mère.

99. "High-Risk Newborn-The Benefits of Mother's Own Milk", University of Utah Health Sciences Center, [www.uuhsc.utah.edu/healthinfo/pediatric/Hrnewborn/bhrnb.htm](http://www.uuhsc.utah.edu/healthinfo/pediatric/Hrnewborn/bhrnb.htm)

100. Ibid.

101. C. Billeaud, European Journal of Clinical Nutrition, 1997, vol. 51, pp. 520-526.

102. "Breast milk 'does cut heart risk'", 1 mars 2004, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/3523143.stm>

103. "Breast milk helps reduce obesity", 2 mai 2004, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/3673149.stm>

104. Ibid.

105. Tim Whitmire, "IQ Gain from Breastfeeding", <http://abcnews.go.com/sections/living/DailyNews/breastfeeding990923.html>

106. "Breakthrough in Cancer Research", [www.mediconvalley.com/news/Article.asp?NewsID=635](http://www.mediconvalley.com/news/Article.asp?NewsID=635)

107. Peter Radetsky, "Human Breast Milk Kills Cancer Cells", Discover 20, no. 06, juin 1999.

108. Rex D. Russell, "Design in Infant Nutrition", [www.icr.org/pubs/imp/imp-259.htm](http://www.icr.org/pubs/imp/imp-259.htm)

<https://www.harunyahya.info/fr/articles/un-melange-miraculeux-le-lait-maternel>