

AUSSEI EN FRANCAIS! (Document attaché)

NUTRITION MATTERS
EXCLUSIVE BREASTFEEDING:
THE ONLY WATER SOURCE YOUNG INFANTS NEED
Issue n. 68; March, 2007

Dear colleagues in West and Central Africa:

International guidelines recommend that infants be exclusively breastfed for the first six months of life. Exclusive breastfeeding (ExBF) provides all the energy and nutrients that an infant needs and reduces infant deaths caused by diarrhea and pneumonia. One of the most common reasons for giving water supplements to infants is that 'infants need water to survive'. Such belief is passed down from generation to generation and sometimes is reinforced by uninformed health care providers. Therefore, it is important to channel through our programs two life-saving messages to mothers, caregivers and health providers:

1. **In the first six months of life → Breastfed infants do not need water.** Water in breastmilk exceeds the infant's water requirements (breastmilk is 88% water). Exclusively breastfed infants do not require additional fluids in the first six months of life, even in countries with extremely high temperatures and low humidity.
2. **In the first six months of life → Water is a threat to infant survival.** Water supplementation increases the risk of malnutrition (it displaces breastmilk with a fluid zero nutritional value), disease and death (especially in environments with poor hygiene and sanitation).

Why does this matter to our policy and program action? West and Central Africa (WCAR) has some of the lowest ExBF rates worldwide (20% for the region as a whole). Recent analyses show that in WCAR breastfeeding can save 300,000 child lives annually, particularly if current rates of ExBF in the first six months of life are improved. In WCAR, the regional ExBF rate can increase from 20% to 60% if breastfed infants are not given water. This objective is at the heart of our policy and program action in an increasing number of countries.

ENJOY! (... and share with your colleagues and counterparts).

Attached: Exclusive breastfeeding: the only water source young infants need. Linkages, 2005.

Victor M. Aguayo PhD, MPH
Senior Adviser, Nutrition and Child Survival
UNICEF-Regional Office for West and Central Africa
vaguayo@unicef.org

NUTRITION MATTERS
ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF:
LA SEULE SOURCE D'EAU DON'T LES NOURRISSONS ONT BESOIN
Issue n. 68; Mars 2007

Chers collègues en Afrique de l'Ouest et du Centre;

Il est recommandé que les enfants de moins de six mois soient allaités exclusivement au sein. L'allaitement maternel exclusif (AME) assure l'énergie et les nutriments dont les nourrissons ont besoin et réduit le risque de décès du à la pneumonie et aux maladies diarrhéiques. L'une des raisons les plus évoquées pour donner de l'eau aux nourrissons est la croyance que « les nourrissons ont besoin d'eau pour survivre ». Cette croyance est transmise de génération en génération et elle est souvent renforcée par des prestataires de services de santé mal informés. Il est donc important de porter à la connaissance des mères, familles et prestataires de services de santé deux messages clé:

- **Dans les six premiers mois de la vie → Les enfants allaités n'ont pas besoin d'eau.** Le contenu d'eau dans le lait maternel dépasse les besoins du nourrisson (le lait maternel contient 88% d'eau). Les enfants allaités exclusivement ne nécessitent pas d'eau dans les six premiers mois de la vie, même dans les pays à températures extrêmement élevées et à faible humidité.
- **Dans les six premiers mois de la vie → L'eau est une menace pour la survie de l'enfant.** L'eau augmente le risque de malnutrition (l'eau qui remplace le lait maternel n'a pas de valeur nutritionnelle), maladie et décès (particulièrement la où l'hygiène et l'assainissement font défaut).

Pourquoi ceci est important dans notre région? La région d'Afrique de l'Ouest et du Centre a des taux d'allaitement maternel exclusif parmi les plus bas au monde (20% pour l'ensemble de la région). Des analyses récentes montrent que l'allaitement maternel peut sauver 300,000 vies d'enfants par an, en particulier si les taux d'allaitement maternel exclusif s'améliorent. Dans notre région, le taux d'allaitement maternel exclusif peut augmenter de 20% à 60% si les enfants allaités ne reçoivent pas d'eau. Cet objectif est au cœur de nos efforts en matière de communication pour la survie de l'enfant dans un nombre grandissant de pays.

Attaché. Exclusive breastfeeding: the only water source young infants need. Linkages, 2004.

BONNE LECTURE! (... et partagez avec vos collègues et partenaires).

Victor M. Aguayo PhD, MPH
Senior Adviser, Nutrition and Child Survival
UNICEF-Regional Office for West and Central Africa
vaguayo@unicef.org

Pour chaque enfant
Santé, Education, Egalité, Protection
FAISONS AVANCER L'HUMANITE