

# Idées d'action

## Chercheurs

- Conduire de rapides évaluations sur la prévalence de l'allaitement exclusif dans votre pays et identifier les obstacles majeurs à sa pratique.

## Gouvernement

Intégrer la Stratégie mondiale et l'allaitement exclusif durant les six premiers mois aux règlements et programmes. Le gouvernement devrait, en particulier:

- améliorer la formation des agents de santé et organiser des conférences ou des échanges pour les groupes concernés.
- mettre en œuvre une législation de congé maternité qui facilite l'allaitement maternel.
- mettre en œuvre l'adoption et la mise en place du Code de Commercialisation des Substituts du Lait Maternel et des résolutions ultérieures pertinentes de l'Assemblée Mondiale de la santé.
- collecter les statistiques disponibles sur les taux d'allaitement exclusif dans tout ou partie du pays, ou de toute étude scientifique en utilisant les ressources répertoriées, et l'Internet.)
- soutenir l'Initiative Hôpital Ami des Bébé (IHAB).
- soutenir le développement et allouer des fonds à long terme pour la création d'une autorité nationale qui assure la supervision et la garantie de qualité des actions nationales.

## Professionnels de santé :

Le professionnel de santé doit:

- réexaminer et mettre à jour ses connaissances, ses savoir-faire et ses comportements afin d'apporter la compétence et l'appui technique nécessaires pour rendre possible l'allaitement maternel.
- s'assurer que son hôpital est Ami des Bébé et mettre en pratique les *Dix Conditions pour le Succès de l'allaitement maternel* (10). Ne pas utiliser les posters ou le matériel « éducatif » offert par les fabricants ou les distributeurs de substituts du lait maternel.
- s'enquérir de ce que ses collègues ont entendu parler de la Stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant : comment l'appliquer dans son travail ? Organiser une discussion avec le personnel hospitalier, y compris le personnel des Unités de Soins Néonataux et des consultations externes, et le personnel aide-soignant, qui a la possibilité de s'adresser aux mères et de les influencer.
- Contacter les assistantes traditionnelles à la naissance (doulas, autres accoucheuses expérimentées ...) et les sage-femmes et les aider à inclure dans leur formation (ou leur formation continue) les notions d'allaitement maternel exclusif, de tétée précoce, de prise du sein et de position du bébé au sein.
- Interroger les mères usagères du service : comment nourrissent-elles leur bébé, comment ont-elles nourri les précédents – ont-elles allaité exclusivement, partiellement, ont-elles donné du lait artificiel ? Essayer de découvrir pourquoi.
- Comparer les taux d'allaitement exclusif entre les hôpitaux Amis des Bébé et les autres.
- Parler d'allaitement exclusif aux cours de préparation à la naissance ou aux cours après la naissance et en consultation. Expliquer aux mères comment elles peuvent y arriver, et comment elles peuvent augmenter leur production de lait.



## Femmes actives :

- Entrer en contact avec les femmes enceintes, les femmes qui allaitent et les hommes qui les soutiennent sur le lieu de travail et dans la communauté. Les faire parler de leurs expériences, de leurs choix, de leurs succès et de leurs difficultés concernant leurs enfants, ou pour tirer le lait.
- Soulever le problème de l'allaitement maternel exclusif avec le directeur des ressources humaines, et discuter des différents moyens d'encourager l'allaitement maternel exclusif : pauses d'allaitement, crèches d'entreprise, salles d'allaitement. Essayer de négocier un règlement en faveur de l'allaitement maternel.

## Groupes communautaires, groupes de soutien de mères à mères, et associations :

- Echanger avec les hommes, les pères et les grands-pères. Développer des groupes de soutien de parents à parents et de grands-parents à grands-parents et renforcer leurs compétences de manière à ce qu'ils puissent trouver des façons de mieux soutenir les mères qui allaitent exclusivement.
  - 'Noter', en fonction de leur soutien à l'allaitement maternel exclusif, les maternités et les établissements de soins infantiles dans sa localité, ainsi que les consultants en lactation. Faire de la publicité pour les structures qui apportent un soutien adéquat.
  - Organiser des campagnes de sensibilisation de l'opinion publique, des expositions ou une fête avec des chansons, sketches, ou soirée dansante pour promouvoir son groupe et l'allaitement maternel exclusif.
  - Organiser des cérémonies de remise de diplôme pour les bébés allaités exclusivement pendant six mois. Montrer en exemple les familles qui ont réussi à allaiter exclusivement pendant six mois, même en cas de co-allaitement.
  - Vérifier s'il y a des publicités pour les substituts du lait maternel dans les media ou dans les établissements de santé locaux. Vérifier s'il y a une loi pour contrôler cela.
  - Demander aux femmes quel soutien elles ont eu - et ce qu'elles auraient voulu - de la part du père, des autres membres de la famille, de leurs amis, de la communauté, et comment cela a influencé leurs décisions.
  - Echanger les informations par le réseau Internet et créer des groupes de discussion.
- ## Educateurs et enseignants :
- Inciter les enseignants dans les matières sanitaires et les enseignants en biologie à intégrer l'allaitement maternel exclusif à leurs cours. Leur donner un exemplaire de ce Dossier SMAM.
  - Parler aux étudiants, employés, groupes religieux et aux groupes de femmes : amener une mère et son bébé pour montrer un exemple concret d'allaitement et discuter de l'importance et des aspects pratiques de l'allaitement maternel.
  - Impliquer le personnel enseignant et les élèves dans la création d'affiches et de tracts pour promouvoir l'allaitement maternel à l'école. Les distribuer et les afficher dans leur collège, leur école, ou tout autre établissement.