



Quand une mère lutte face à une crise ou à une situation d'urgence, organisations, gouvernements et individus peuvent soutenir la mère et ainsi mériter une médaille d'OR pour leurs efforts.

Bien que toutes les mères soient confrontées à des défis et qu'elles aient besoin de soutien, la mère qui se trouve dans une situation de précarité économique doit faire face à d'autres défis encore.

Le manque d'éducation, de ressources, d'infrastructures, et d'équipements collectifs de base, ou le fait que les soins de santé soient inaccessibles ou inexistant, le manque de nourriture, l'absence de groupes de soutien de mère-à-mère, ou des inhibitions pour parler des seins et de l'allaitement constituent autant de facteurs défavorables.

Ces conditions peuvent exister aussi bien dans des pays en voie

Actions de Soutien

LE CERCLE AVEC LES FEMMES AU CENTRE

- ◆ Informez-vous sur l'allaitement.
- ◆ Demandez du soutien et proposez du soutien aux autres femmes.
- ◆ Soyez attentive aux besoins de santé et de nutrition pendant la grossesse et l'allaitement.
- ◆ Discutez avec des femmes ayant une expérience positive de l'allaitement.
- ◆ Participez à une réunion d'un groupe de soutien de mère-à-mère ou à toute autre forme d'association de soutien à l'allaitement.

LE CERCLE DES RÉSEAUX FAMILIAUX ET SOCIAUX

- ◆ Proposez du soutien pratique à la maman qui allaite son bébé : préparez-lui un repas, occupez-vous de ses enfants plus âgés, ou aidez-la dans les tâches ménagères.
- ◆ Informez-vous sur l'allaitement afin d'aider la mère à prévenir ou à reconnaître les difficultés rapidement.
- ◆ Croyez en la capacité de la mère à allaiter son bébé.
- ◆ Proposez-lui un moyen de transport pour qu'elle puisse assister à un groupe de soutien ou voir une consultante en lactation.
- ◆ Envoyez des lettres aux médias pour promouvoir l'allaitement et corriger des informations inexacts.

LE CERCLE DU SYSTÈME DE SANTÉ

- ◆ Renseignez-vous sur la mise en place d'un groupe de soutien aux mères au sein de la maternité.
- ◆ Suivez une formation en allaitement, ou la formation du PRALLL (Programme Relais Allaitement de La Leche League) : <http://www.llfFrance.org/allaitement-maternel-formation/pralll.htm>
- ◆ Sollicitez activement le soutien des dirigeants politiques et médicaux pour l'Initiative Hôpital Ami des Bébé (IHAB) dans toutes les maternités.
- ◆ Identifiez les experts en lactation de votre communauté et la meilleure façon de les contacter.
- ◆ Incorporez des compétences d'écoute et de conseil en allaitement lors de toute formation des professionnels de santé.

LE CERCLE DU GOUVERNEMENT ET DES LOIS

- ◆ Attirez l'attention des décideurs de politiques sur l'importance du soutien à l'allaitement.
- ◆ Mobilisez-vous pour obtenir des lois relatives à l'adoption du Code International de Commercialisation des Substituts du Lait Maternel de l'OMS/UNICEF et des résolutions subséquentes de l'Assemblée Mondiale de la Santé.

de développement que dans des pays industrialisés.

Les femmes qui allaitent de façon traditionnelle ont besoin d'être protégées des influences qui sapent l'allaitement, telles que la publicité et le marketing.

Quand des ouragans se sont abattus sur la région des États du Golfe du Mexique aux États-Unis (Texas, Louisiane, Mississippi, Alabama et Floride), une conseillère en allaitement a travaillé pour mettre au point une annonce diffusée par les services publics pour disséminer des informations essentielles et des numéros de contact aux mères déplacées ayant besoin d'aide et d'informations relatives à l'allaitement.

« L'allaitement concerne la société dans son ensemble, c'est un événement à célébrer. Un environnement favorable à l'allaitement implique le soutien de tous et de chacun. » – Negeya Sadig, Sudan

- ◆ Rejoignez la coalition (ou l'association) locale pour l'allaitement et participez à ses activités.
- ◆ Envoyez des informations sur l'IHAB aux administrateurs des hôpitaux et des maternités.
- ◆ Faites circuler une pétition pour demander l'octroi de réductions d'impôts aux employeurs qui soutiennent les mères allaitantes.

LE CERCLE DU LIEU DE TRAVAIL ET DE L'EMPLOI

- ◆ En tant qu'employeur, aménagez un endroit approprié où les femmes puissent tirer leur lait et/ou allaiter leur bébé.
- ◆ Collaborez avec des organisations communautaires locales pour soutenir l'allaitement dans le secteur du travail informel (travail non-salarié ou à mi-temps...).
- ◆ En tant qu'assistante maternelle ou nounou d'un bébé allaité, apprenez ce qui est nécessaire pour soutenir et protéger l'allaitement.
- ◆ En tant que membre de sa famille, allégez les tâches ménagères de la femme qui travaille et qui allaite.
- ◆ Écrivez aux législateurs pour qu'ils soutiennent la mise en œuvre d'un congé de maternité rémunéré, la prolongation de celui-ci, et des lois qui soutiennent les employeurs qui facilitent l'allaitement.

Les cinq règles en Or du soutien à l'allaitement

- Abordez la situation de chaque dyade mère-enfant comme étant unique et individuelle ; soyez à l'écoute des besoins de la mère allaitante.
- Écoutez en empathie pour cerner les soucis de la mère ; évitez de parler sauf pour poser des questions pertinentes ; donnez seulement les informations nécessaires pour que la mère prenne une décision éclairée.
- Assurez-vous que les pères et l'entourage familial soient bien informés afin qu'ils puissent soutenir la femme qui allaite.
- C'est de la responsabilité des gouvernements, des lieux de travail et de la société de créer un environnement qui permette à chaque femme de choisir d'allaiter et de mettre en œuvre sa décision.
- Croyez en la capacité de la mère à allaiter et dites-le lui ; en revanche, sachez reconnaître quand ses besoins dépassent vos compétences.



Comme chaque pays envoie ses meilleurs athlètes pour concourir aux Jeux Olympiques, il est important de rappeler qu'un athlète en bonne santé est le résultat d'un bon départ dans la vie.

Il est évident que le lait maternel est l'alimentation la mieux adaptée au nourrisson et au jeune enfant et qu'il est essentiel pour une croissance et un développement optimums.

Tout le monde gagne quand les bébés sont allaités !

La Déclaration d'Innocenti 2005 appelle toutes les composantes de la société à : « Rendre leur pouvoir légitime aux femmes, afin qu'elles allaitent leur enfant et qu'elles offrent aux autres femmes soutien et information. »

« Tout ce qui est fait par quiconque pour faire que le monde soit un lieu où l'allaitement fonctionne mieux pour les mères et les bébés rend un immense service. Cela peut sembler peu, mais chaque petit geste compte vraiment. »

– Ted Greiner, États-Unis

Crédits photos : Copyright 2008 WABA. Les photos n°1, 2, 3 et 4 ont été sélectionnées lors du Concours Photo de la SMAM 2008. Toutes les photos gagnantes figureront sur les affiches et banderoles de la SMAM 2008 et sont visibles sur le site web de la SMAM : www.worldbreastfeedingweek.org.

Bibliographie / Notes de bas de page

1. Britton, C. et al. Support for breastfeeding mothers. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2007, Issue 1.
2. World Health Organization and LINKAGES. *Community-based Strategies for Breastfeeding Promotion and Support in Developing Countries*. WHO: 2003
3. Sikorski, J. et al. Support for breastfeeding mothers. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2002.
4. Green, C.P. *Improving Breastfeeding Behaviors: Evidence from Two Decades of Intervention Research*. AED, The LINKAGES Project: 1999.
5. WABA 2007 WBW Action Folder
6. Pisacane, A. et al. A Controlled Trial of the Father's Role in Breastfeeding Promotion. *Pediatrics* 2005; 116(4): e494-e498.
7. Hörnell A et al (1999) Breastfeeding patterns in exclusively breastfed infants: a longitudinal prospective study in Uppsala, Sweden. *Acta Paediatrica* 88:203-11.
8. WHO 2007, HIV and Infant feeding: new evidence and programmatic experience: report of a technical consultation held on behalf of the Inter-agency Task Team (IATT) on Prevention of HIV Infections in Pregnant Women, Mothers and their infants, Geneva 4-4, Switzerland, 25-27 October 2006."

REMERCIEMENTS

Ce Dossier d'Actions est le fruit d'un travail collaboratif d'individus de 14 pays différents qui croient à l'importance et au pouvoir du Soutien aux Mères. Coordonnatrices: Rebeca Magalhães et Paulina Smith. Rédacteurs : Rebeca Magalhães, Melissa Vickers, Virginia Thorley, Miriam Labbok, Jennifer Yourkavitch, Dr. Prashant Gangal, Chris Mulford, Cindy Garrison. Contributeurs: Rae Davies, Mary Hurt, Rukhsana Haider, Luann Martin, Beth Szyer. Critiques : Judiann McNulty, Jennifer Hicks, Linda Parry. Rédactrices : Judy Torgus, Melissa Vickers, Rebeca Magalhães, Paulina Smith. WABA Comité des révisions: Michael Latham, Sallie Page-Goetz, Hiroko Hongo, Louise James, Qamar Naseem, Dr. Raj Anand, Veronica Valdes, Maryanne Stone-Jiménez, Pushpa Panadam, National Coordinator/BFHI/Nigeria, James Achany-Fontem, Els Flies, Chris Mulford, Felicity Savage et Julianna Lim Abdullah. Production : Susan Siew, Julianna Lim Abdullah, Cheah Ling Ling et Adrian Cheah. Traduction française : Herrade Hemmerdinger et Juanita Jauer-Steichen. Ce projet a été financé par le Ministère d'Affaires étrangères des Pays Bas (DGIS) et l'Agence suédoise de coopération pour le développement international (ASDI).



L'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (WABA) est un réseau international d'individus et d'organisations qui se préoccupent de la protection, de la promotion et du soutien à l'allaitement maternel à l'échelle mondiale dans l'esprit de la Déclaration d'Innocenti, des Dix Liens Pour Nourrir Le Futur (*Ten Links for Nurturing the Future*), et de la Stratégie Mondiale de l'OMS/UNICEF sur l'Alimentation des Nourrissons et des Jeunes Enfants. Les partenaires privilégiés de WABA sont le Réseau International des Groupes d'Action pour l'Alimentation Infantile (IBFAN), La Leche League International (LLL), l'Association Internationale des Consultants en Lactation (ILCA), Wellstart International, l'Académie de Médecine pour l'Allaitement Maternel (ABM) et LINKAGES. WABA a le statut de conseiller auprès de l'UNICEF, le statut d'ONG et de conseiller privilégié auprès du Conseil Économique et Social des Nations Unies (CESNU).

Coordination SMAM et Centres de Diffusion

COORDINATION MONDIALE
Secrétariat WABA
P O Box 1200
10850 Penang, Malaysia
Fax: 60-4-657 2655
waba@streamyx.com
www.waba.org.my
www.worldbreastfeedingweek.org

✉ **AFRIQUE**
IBFAN Afrique
P O Box 781, Mbabane
Swaziland
Fax: 268-40 40546
ibfanswd@realnet.co.sz

IBFAN Afrique
Cite Ouaga 2000, 01 BP 1776,
Ouagadougou 01, Burkina Faso
Fax: 226-50-374163
ibfanfan@fasonet.bf

✉ **ASIE**
WABA Secrétaire
(Voir adresse plus haut)

Asie du Sud
Breastfeeding Promotion
Network of India (BPNI)
BP-33, Pitampura
Delhi 110 034, India
Fax: 91-11-2734 3606
bpni.india@gmail.com

✉ **EUROPE**
Baby Milk Action
34 Trumpington Street
Cambridge
CB2 1QY, UK
Fax: 44-1223-464 417
info@babymilkaction.org

CoFAM / SMAM
163 rue de Bagnolet
75020 Paris, France
Fax: 01-4356 5246
secretariat@coordination-
allaitement.org

GIFA
Avenue de la Paix 11
1202 Geneva, Switzerland
Fax: 41-22-798 4443
info@gifa.org

Votre contact local :

WABA n'accepte pas de subventions ni de cadeaux de la part des fabricants ou des distributeurs des substituts à l'allaitement maternel, ni d'équipements pour l'allaitement, ni d'aliments pour les mères qui allaitent, ni de compléments alimentaires. WABA encourage tous les participants à la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel à respecter et à adopter cette éthique.

Aktionsgruppe
Babynahrung Ev (AGB)
Untere Maschstrasse 21
D-37073 Göttingen, Germany
Fax: 49-551-531 035
info@babynahrung.org

✉ **AMÉRIQUE LATINE**
CEFEMINA
Apartado 5355, 1000 San Jose
Costa Rica
Fax: 506-224 3986
cefemina@racsa.co.cr

CEPREN
Av. Pardo, 1335 Of.301-302
Lima-18 Peru
Fax: 51-1 241 6205
cepren@amauta.rcp.net.pe

Origem Group
Rua da Uniao, 253, Boa Vista
Recife, Pernambuco CEP 50050-010
Brazil
Fax: 55-81-32314325
juliana@origem.org
www.aleitamenta.org.br

✉ **AMÉRIQUE DU NORD**
LLL International
957 N. Plum Grove Road
Schaumburg, IL 60173-4808, USA
Fax: 847-969 0460
lllhq@llli.org • www.llli.org

INFACT Canada
6, Trinity Square, Toronto
ON M5G 1B1, Canada
Fax: 1-416-591 9355
info@infactcanada.ca
www.infactcanada.ca

✉ **PACIFIQUE**
Australian Breastfeeding
Association (ABA)
P O Box 4000, Glen Iris
VIC 3146, Australia
Fax: 61-3-9885 0866
info@breastfeeding.asn.au
www.breastfeeding.asn.au

Development Officer PINDA
c/o Christine Queded
Nutrition Centre Health Department
Private Mail Bag
Apia, Western Samoa
Fax: 685-218 70
brenda@lesamoa.net

SOUTIEN AUX MÈRES : VISER L'OR



Tout le monde y gagne



Photo par Michèle Laverty

À 40 ans, Michele préparait le triathlon. Elle pensait devoir sevrer son fils, Jack. Le groupe de soutien du centre de naissance l'a aidée à continuer à allaiter, et aujourd'hui elle en est à son deuxième triathlon. (États-Unis)

WABA 2008

Soutien aux mères, définition : « Tout soutien donné aux femmes dans l'objectif d'améliorer leur allaitement en pratique... »

– WABA Initiative Mondiale pour le Soutien aux Mères (GIMS) 2007

Alors que nous célébrons les Jeux Olympiques 2008 (du 8 au 24 août) et la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel (SMAM) du 1er au 7 août (dates internationales), en Belgique et au Canada du 1er au 7 octobre 2008, en France du 12 au 19 octobre 2008, l'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (WABA) appelle à un soutien accru pour que les mères puissent réussir l'excellence en matière de nutrition infantile : allaiter exclusivement leurs bébés les six premiers mois et poursuivre l'allaitement en complément d'une alimentation appropriée jusqu'à deux ans et au-delà.

Soutenez une mère pour qu'elle offre un démarrage en or pour son enfant ! Avec l'allaitement, tout le monde gagne !

OBJECTIFS

- Favoriser une prise de conscience sur la nécessité et la valeur d'offrir du soutien aux femmes qui allaitent
- Disséminer une information mise à jour sur le soutien à l'allaitement pour les mères
- Encourager la création de conditions optimales pour la mise en place du soutien aux mères, dans tous les **CERCLES DE SOUTIEN**

LES MÈRES ONT LE DROIT ET LE BESOIN

- **D'ÊTRE ÉCOUTÉES AVEC EMPATHIE**
- **DE RECEVOIR DES INFORMATIONS DE BASE PRÉCISES, DONNÉES AU BON MOMENT**
- **DE RECEVOIR UNE AIDE PRATIQUE ET QUALIFIÉE**
- **D'AVOIR TOUS LES ENCOURAGEMENTS POUR ALLAITER LEURS BÉBÉS**

Le Besoin de Soutien des Mères :

Pour concourir avec succès, un athlète qui participe aux Jeux Olympiques a besoin du soutien de sa famille, de ses amis, de sa communauté et de ses sponsors. Eh bien, c'est exactement la même chose pour les mères qui allaitent. L'athlète, tout autant que la femme qui allaite son bébé, doit relever des défis. Pour ces mères qui allaitent, parmi les défis à surmonter, il faut contrer la désinformation, mener de front travail & allaitement quand elles travaillent à l'extérieur, faire face aux situations d'urgence, et plus que tout, surmonter leurs propres doutes quant à leur capacité à allaiter leur bébé. Croire en soi-même est fondamental, tant pour l'athlète que pour la mère. Le soutien qu'une mère peut recevoir peut prendre des formes aussi variées et formelles que la visite chez un professionnel de santé, ou aussi informelles que le sourire rassurant d'une autre mère. Le soutien peut être aussi bien professionnel qu'informel ; il peut être offert par des professionnels de santé, par l'hôpital et le personnel de la maternité, ainsi que via les politiques qui y sont mises en place. Il peut provenir d'associations de soutien à l'allaitement maternel, de sages-femmes, de doulas, de consultantes en lactation, de mamans-relais du PRALLL (Programme Relais-Allaitement de La Leche League), d'amis, ou de membres de la famille.

Le Soutien aux Mères : les preuves que ça marche !

Un numéro récent de la *Cochrane Review* a analysé 34 séries d'études dans 14 pays différents en termes d'effets sur la durée de l'allaitement, d'une part mixte ou exclusif, et d'autre part exclusif uniquement. L'article démontre que toutes les formes de soutien, professionnelles ou non-professionnelles (les associations de soutien à l'allaitement, par exemple),



analysées ensemble, avaient un impact significatif aussi bien sur la durée de l'allaitement mixte que sur la durée de l'allaitement exclusif, et que cet impact était plus important pour l'allaitement exclusif.

Les formations dispensées par l'OMS/l'UNICEF pour les personnels hospitaliers rallongent de manière significative l'allaitement exclusif. Les **Stratégies Basées sur les Communautés pour le Soutien et la Promotion de l'Allaitement dans les Pays en Développement**² citent plusieurs analyses détaillées sur le soutien aux mères.

Sikorski et al ont identifié 20 séries d'expériences de soutien à l'allaitement dans 10 pays³ différents, qui ont révélé l'effet bénéfique significatif du soutien à l'allaitement mixte ou exclusif, avec un effet plus important sur l'allaitement exclusif. Il a été démontré que les conseillères en allaitement issues du monde associatif étaient les plus efficaces dans l'augmentation de la durée de l'allaitement exclusif, et que les conseillères professionnelles étaient plus efficaces dans l'augmentation de la durée de tous les types d'allaitement.

Le compte-rendu⁴ du Projet LINKAGES cite de nombreuses études en rapport avec l'impact des pratiques hospitalières sur l'augmentation des taux d'allaitement exclusif :

- Des conseils et des documents de sortie de maternité qui soutiennent l'allaitement
- La formation de personnels hospitaliers en gestion de la lactation
- Les visites à domicile

Si vous avez fait quelque chose, quoi que ce soit, pour soutenir une femme qui a l'intention d'allaiter ou qui allaite déjà son bébé, vous méritez la MÉDAILLE D'OR.

Soutenir les femmes qui allaitent

Les nouveau-nés sont faits pour être allaités. L'allaitement offre le meilleur démarrage possible dans la vie, quel que soit le niveau de développement de la région. Même dans les pays développés, l'absence d'allaitement présente des risques pour la survie et la santé des bébés.

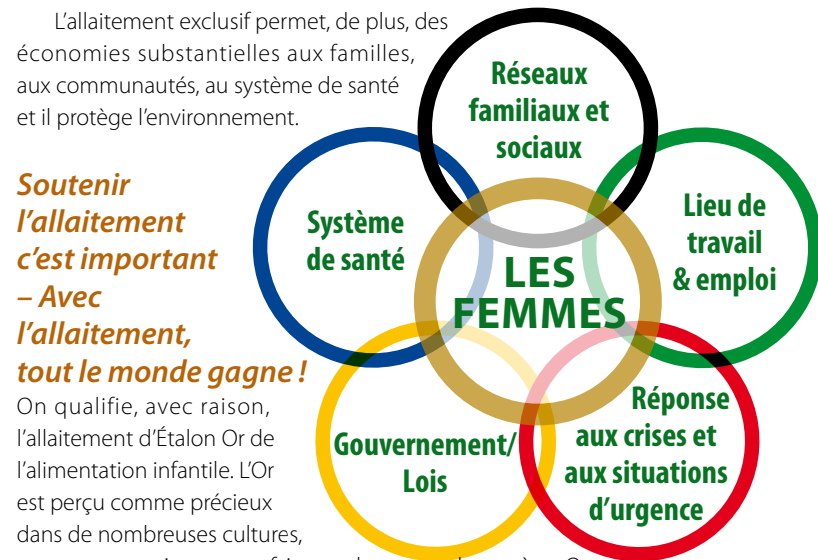
L'alimentation artificielle est associée à un taux de mortalité plus élevé chez les bébés. L'initiation précoce et l'allaitement exclusif pourraient sauver la vie de plus d'un million de bébés⁵. Si l'on compare le développement des enfants nourris artificiellement à celui des enfants allaités exclusivement, les enfants nourris artificiellement n'ont pas un développement optimal, ils ont une moins bonne santé, un taux de mortalité plus élevé et un QI plus bas.

Les mères et les communautés bénéficient de l'allaitement des bébés. Le cancer du sein est plus fréquent chez les mères qui n'ont jamais allaité, ou chez celles qui ont allaité peu de temps.

Le retour des menstruations survient plus tôt chez les femmes qui n'allaitent pas, ce qui peut rapprocher les grossesses, et avoir un impact sur la santé des mères et des bébés.

Tableau 1. Le non-allaitement a un impact sur l'enfant, la mère, la communauté, et le système de santé.

Les bébés et les enfants qui ne sont pas allaités ont un risque accru de :	Les mères qui n'allaitent pas ont plus de risques de souffrir de :	Les communautés et systèmes de santé pâtissent aussi du non-allaitement :
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Mortalité ◆ Infections respiratoires ◆ Diarrhée et d'autres infections ◆ Obésité ◆ Diabète ◆ Asthme et wheezing ◆ Cancers infantiles ◆ QI moins élevé ◆ Développement anormal 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Cancers du sein et des ovaires ◆ Diabète de Type II ◆ Retour précoce des menstruations et de la fertilité ◆ Moins d'espacement entre les grossesses ◆ Difficultés à nettoyer les biberons et à préparer les préparations pour nourrissons ◆ Fardeau économique des laits artificiels et des combustibles 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Coûts augmentés pour le traitement des infections, de l'obésité, du diabète, et d'autres maladies chroniques ◆ Coûts augmentés de l'absentéisme au travail des mères d'enfants malades ◆ Impact négatif sur l'environnement de la mise en décharge des boîtes et emballages ◆ Coûts multiples des substituts au lait maternel



Soutenir l'allaitement c'est important – Avec l'allaitement, tout le monde gagne !

On qualifie, avec raison, l'allaitement d'Étalon Or de l'alimentation infantile. L'Or est perçu comme précieux dans de nombreuses cultures, et pour cette raison on en fait grand cas et on le protège. Que diriez-vous si on vous donnait du cuivre au lieu de vous donner de l'or ? C'est exactement ce qui se passe quand on donne des produits manufacturés à la place du lait maternel.

Les cinq anneaux de couleur symbolisent les Jeux Olympiques, et le réseau international d'athlètes et de pays. La SMAM 2008 utilise elle aussi 5 cercles de couleur pour symboliser les différentes formes de soutien vers lesquelles une femme qui allaite peut se tourner pour demander de l'aide et des encouragements.

Les cercles de soutien se chevauchent, interagissent et se renforcent mutuellement, avec le cercle au centre comme point focal.

Le CERCLE avec les femmes au centre

« Un cercle de femmes amène de la sagesse grâce au partage collectif de l'expérience. »

– Maryanne Stone-Jiménez, Canada

Les femmes ne se limitent pas à recevoir du soutien de plusieurs sources, elles se procurent ce soutien et l'offrent aussi. Les femmes sont des acteurs-clé dans tous les CERCLES. Un soutien renforcé dans les cercles périphériques crée un centre qui se développe puissamment et qui irradie les autres cercles. Le solide réseau des organisations de soutien de mère-à-mère autour du monde, qui a été fondé et préservé par des femmes, est une démonstration patente de ce concept.

Au cours de l'histoire, les femmes ont appris la valeur des réseaux de relations avec les autres femmes : pour apprendre de nouvelles techniques, pour partager des bons moments, pour se soutenir mutuellement dans les moments difficiles. Dans un contexte

traditionnel, ce réseau était constitué des membres de la famille étendue : les mères, les grand-mères, les sœurs, les tantes qui étaient proches et accessibles. Le rôle des femmes s'est élargi de façon considérable et comprend beaucoup plus que la maison et la famille. Ces rôles élargis renforcent le besoin de réseaux. Aujourd'hui, malheureusement, de nombreuses femmes n'ont pas de réseaux de soutien vers lesquels se tourner. Les membres de la famille étendue ne sont pas toujours proches géographiquement, et donc les femmes doivent compter sur des personnes extérieures à leur famille, et quand elles y ont accès, sur des innovations technologiques comme le téléphone ou internet. Lorsque tous les cercles sont forts et qu'ils offrent un soutien homogène à l'allaitement, les générations futures sont plus solides et plus autonomes.

L'objectif c'est que, quel que soit le cercle vers lequel elle se tourne, la mère reçoive un soutien positif et empathique pour son vécu de l'allaitement.

« Ce qui fonctionne le mieux pour un soutien efficace, c'est la création de petits groupes de soutien aux mères; c'est ce qui permet de renouer avec une culture de l'allaitement. »

– Maria Inés Fernandez, Philippines

Angelina a six enfants et en ce moment, elle allaite Renaldo. Elle attend avec impatience les prochaines réunions du groupe auquel elle participe avec d'autres mères, ce qui va leur permettre d'apprendre ensemble et de partager (Paraguay).



Le CERCLE des réseaux familiaux et sociaux

Toutes les femmes créent des liens et interagissent avec leur famille, leurs amis, leurs voisins et elles créent aussi d'autres relations au sein de la communauté. Ce cercle des contacts familiaux et sociaux varie d'une femme à l'autre, d'une culture à l'autre, dépend des conditions de vie, du niveau socio-économique et des activités de chacune. Pour une femme, la famille constitue un réseau de soutien immédiat et continu, il commence avec le père du bébé, qu'il soit son mari, son compagnon, son petit-ami ou toute autre personne importante pour elle. Ce cercle peut inclure sa mère, ses sœurs et d'autres parents proches.

Le soutien va au-delà du cercle familial immédiat, et il inclut les amis et les voisins de la mère, ainsi que toutes les personnes qu'elle rencontre dans sa communauté. Pouvoir allaiter confortablement dans ces différents environnements peut relever du défi si la société dans laquelle la femme vit ne considère pas l'allaitement comme une activité normale. Le soutien à l'allaitement implique d'aider et d'encourager la mère et son bébé à être ensemble dans le plus grand nombre de circonstances possibles.

Les femmes sont influencées de façon positive ou négative par ce qu'elles lisent, ce qu'elles voient et ce qu'elles entendent dans les médias à leur disposition dans leur culture, ou dans la société dans laquelle elles vivent. Un solide réseau social peut permettre d'atténuer les influences négatives en offrant du soutien là où il y en a besoin.



Reena n'a pas bénéficié du soutien direct de sa mère qui était décédée six ans auparavant. Grâce au partage de connaissances et au soutien offert par les amies de sa mère, Reena vit un allaitement satisfaisant avec Sarit, sa fille, âgée de 8 mois. (Israël)

« Il nous faut parler le même langage jusqu'à ce que les bébés allaités, leurs besoins et ceux de leurs mères soient pris en compte à tous les niveaux. Des plus pauvres aux plus riches, qu'ils viennent du Nord, du Sud, de l'Est, ou de l'Ouest... Et dans toutes les langues. »

– Pushpa Panadam, Paraguay

Le CERCLE du système de santé

Les systèmes de santé et les agents de santé peuvent avoir un impact direct ou indirect sur l'allaitement. Les professionnels de santé sont des membres respectés de la société, et donc leur parole et leurs actions au travail et dans leurs interactions sociales peuvent avoir un impact important sur les comportements en matière de santé. La promotion de l'alimentation infantile optimale à tous les stades de la grossesse est essentielle pour permettre aux femmes de réussir leur allaitement.

L'OMS et l'UNICEF reconnaissent ces besoins, et soutiennent ces interventions en premier lieu grâce à l'Initiative Hôpital Ami des Bébé (IHAB), qui a été révisée, mise à jour et finalisée afin d'aider les pays et les hôpitaux à canaliser leurs efforts. Des informations sur les tous derniers documents pour l'IHAB 2008 sont disponibles à cette adresse : <http://www.who.int/nutrition/topics/bfhi/en/index.html>

En plus de l'IHAB, il y a un grand besoin, chez les mères, d'une aide pratique et qualifiée de la part des professionnels qui sont en contact avec elles et leurs bébés. WABA œuvre pour initier la formation des agents de santé en matière de conseil et de gestion clinique de l'allaitement, et ce dans de nombreux pays.

« Lorsqu'une mère appelle avec un problème d'allaitement, elle a besoin d'aide tout de suite, à ce moment précis. Et quand elle a besoin d'aide, elle a besoin d'aide, et c'est tout ! »

– Rebecca Magalhães, USA

Le CERCLE des gouvernements et des lois

Les politiques gouvernementales et les lois sont essentielles pour soutenir les femmes dans de nombreux aspects de leur existence. Les gouvernements ont l'autorité pour édicter les lois, pour juger les conflits, et pour décréter des décisions administratives. Les lois et les politiques publiques sont nécessaires pour soutenir les femmes qui allaitent. Lorsque les gouvernements mettent en place le *Code International de Commercialisation des Substituts à l'Allaitement Maternel* et les résolutions subséquentes de l'Assemblée Mondiale de la Santé (AMS), les mères sont protégées des influences commerciales qui viennent saper le succès de l'allaitement.

« J'espère d'un monde où chaque agent de santé connaisse l'allaitement et où chaque mère reçoive du soutien pour allaiter son enfant. » – Felicity Savage, United Kingdom



L'OMS et l'UNICEF ont proposé de définir quatre zones de soutien à l'allaitement réussi :

- ◆ Les systèmes de santé peuvent soutenir les femmes grâce à des soins centrés sur les femmes, à un traitement humaniste de chaque dyade mère-enfant, et à l'attention portée aux politiques qui ont un impact sur la dyade.
- ◆ La formation des professionnels de santé permet un soutien direct aux femmes, grâce à des pratiques compétentes, informées et humaines qui soient respectueuses des pratiques culturelles.
- ◆ Le Code International de Commercialisation des Substituts à l'Allaitement Maternel et les résolutions subséquentes de l'Assemblée Mondiale de la Santé (AMS) soutiennent les femmes en montrant du doigt les pratiques commerciales fausses et mensongères.
- ◆ La mobilisation des communautés, et en particulier le soutien de mère-à-mère et au sein même de la communauté favorisent l'autonomie et la bonne information des femmes.

Les dernières mises à jour des rapports du Code International de Commercialisation sont disponibles à l'adresse suivante : <http://www.babymilkaction.org/shop/publications01.html#btr07>

« Les formes traditionnelles de soutien à l'allaitement ont été amoindries et sont menacées par les forces de la mondialisation, de la modernisation et de l'industrialisation. »

– Déclaration GIMS 2007



Lorsque Crystal a dû faire face à de nombreux obstacles pour allaiter de la part des médecins, de ses collègues et de la société en général, elle a compris que son pays avait besoin d'une prise de conscience collective. Elle a écrit des articles pour promouvoir l'allaitement ; elle a démarré un groupe de soutien à l'allaitement dans sa ville, et elle a rejoint un projet de recherche gouvernemental analysant les taux d'allaitement. (Taiwan)

Photo James Achany Fontem

Le CERCLE du lieu de travail et de l'emploi

« Toute mère est une femme qui travaille ». Ce slogan décrit la réalité de la vie des mères. Être mère signifie être responsable des soins et du bien-être des enfants. Ce travail exige du temps, de l'énergie et de l'attention : les bébés âgés de moins de 6 mois qui sont exclusivement allaités tètent en moyenne 11 fois par 24 heures, nuit et jour⁷. Mais l'allaitement est très efficace. La production lactée fonctionne en continu 24 heures sur 24, pendant que la mère travaille, se détend, et même pendant son sommeil !

Il est plus facile pour les mères de donner leur lait dans un environnement peu stressant. Il leur est bénéfique de pouvoir profiter

Les trois composantes du soutien aux femmes allaitantes sur le lieu du travail sont :

- Du temps pour allaiter leur bébé ou tirer leur lait pendant les heures de travail ;
- Un lieu propre et dépourvu de stress dans cet objectif ;
- Une attitude de tous qui donne priorité à l'allaitement.

d'une réduction provisoire de leur charge de travail à domicile et sur leur lieu de travail afin de libérer du temps et de l'énergie pour allaiter leur bébé.

Le cadre du soutien est fixé par des pratiques de protection de la maternité qui prévoient la sécurité de l'emploi, un congé rémunéré post-natal, des pauses d'allaitement rémunérées, des garderies pour enfant sur place ou à proximité du lieu de travail, une protection contre la discrimination, et qui propose des horaires souples et la possibilité d'un travail à temps partiel pour les parents.

À l'intérieur de ce cadre, « l'équipe » de la femme qui travaille, du bébé qui tète jusqu'au patron qui facilite les conditions et horaires de travail, tous soutiennent la mère. Leur attitude positive l'encourage à atteindre l'Étalon Or de l'alimentation infantile : l'allaitement.

Utkarsh est actrice et elle travaille de longues heures. Elle a trouvé efficace d'exprimer son lait manuellement pour sa fille, Ghana. Sa coiffeuse l'a aidée à enlever son costume lourd derrière des buissons pour qu'elle puisse tirer son lait lors d'un déplacement dans un lieu éloigné. (Inde).



Le CERCLE de la réponse aux crises et aux situations d'urgence

Quand une mère subit un stress suite à des événements qu'elle ne contrôle pas, sa responsabilité envers ses enfants ne relève plus du simple maternage attentionné, mais de la survie. Elle peut avoir besoin de trouver un abri sûr, de la nourriture et des vêtements, tout en tâchant d'entrer en communication avec d'autres membres de sa famille, des organismes de soutien, des réseaux juridiques, ou des agents de santé.

Lors des catastrophes naturelles ou dans des zones affectées par la guerre ou des conflits, les familles sont déracinées de leur foyer et de leur communauté et se retrouvent en terrain inconnu. Les ONG qui s'occupent des familles et des enfants peuvent soutenir la mère allaitante en fournissant des articles de base dont toute mère a besoin : de l'eau, de la nourriture et des vêtements en quantité suffisante.

Le lait d'une mère peut être le seul aliment sûr disponible pour son bébé dans de telles circonstances.

Des lignes de conduite opérationnelles pour ceux qui travaillent en réponse aux situations d'urgence auprès des femmes allaitantes et des enfants sont disponibles en ligne : www.ennonline.net

Une mère impliquée dans une crise familiale (telle qu'une procédure de divorce ou de garde d'enfant) a également besoin de systèmes de soutien. Des documents écrits et des personnes ressource existent pour informer et témoigner du besoin du bébé pour sa mère et des risques associés aux laits de substitution pour le nourrisson.

Une famille face à une crise médicale a des besoins spécifiques. Des centres hospitaliers de lactation proposent des informations sur les politiques relatives aux parents séjournant avec leur bébé ou leur jeune enfant pendant son hospitalisation, sur les droits de visite des nourrissons et des jeunes enfants en cas d'hospitalisation de la mère, et de l'aide pour tirer son lait lorsqu'elle ne peut pas allaiter pendant un certain temps.

Soutenir la mère qui souhaite allaiter dans le cas du VIH/SIDA présente un défi, à la fois pour la mère et pour ceux qui l'aident.

Pour les femmes contaminées par le VIH/SIDA, les standards de santé mondiaux préconisent l'allaitement exclusif pendant les six premiers mois de vie, à moins qu'une alimentation de remplacement soit acceptable, abordable financièrement, durable et sûre avant cet âge⁸.