

# Editorial

## L'allaitement : panacée ou fausse publicité ?

Chantal Lavigne, Consultante en lactation IBCLC, Montréal (Canada)

Texte original : <http://chantallavigneibclc.qc.ca/lallaitement-une-panacee-ou-de-la-fausse-publicite>

**J**e vous entends me dire que vous n'avez pas été allaités et que vous vous portez bien. Donc, si je suis ce raisonnement, je n'avais pas de siège d'auto quand j'étais enfant et je me porte bien, alors au diable les sièges d'auto. Ça serait complètement insensé ! Certains comportements, comme l'utilisation du siège d'auto et le port de la ceinture de sécurité en voiture, font maintenant partie de notre culture. Quand je suis allée en Tunisie (avril 2009), j'ai été estomaquée de constater qu'une proportion importante de la population ne s'attachait pas en voiture, et n'attachait pas leurs enfants. Mon ami Nabil, qui a vécu au Canada quelques années, ne s'attache plus 25 ans plus tard, et pire, il n'attache pas ses enfants non plus. Est-ce parce que c'est un imbécile fini, un irresponsable ou un mauvais père ? Bien sûr que non, c'est une question de culture.



de pression anti-tabac ont ménagé la susceptibilité des fumeurs ? Non. La preuve, sur les paquets de cigarettes, c'est écrit que fumer cause le cancer, et non que respirer de l'air pur contribue à une bonne santé pulmonaire.

L'allaitement est la façon normale ou physiologique de nourrir les bébés, c'est ce qui est prévu par la nature. Et la nature ne fait rien d'extraordinaire, elle répond seulement aux besoins des espèces afin d'en assurer la pérennité, c'est aussi simple que ça. Alors pourquoi les femmes qui n'allaitent pas se sentent si coupables ? Pourquoi ressentent-elles le besoin de se défendre en affirmant haut et fort qu'elles aussi sont de bonnes mères ? À mon avis, la promotion de l'allaitement, telle qu'elle est faite actuellement, induit de la culpabilisation chez les femmes qui, pour toutes sortes de raisons, décident de ne pas allaiter. Le message entendu et retenu (et pour cause) est : « Les bonnes mères allaitent parce qu'elles donnent le meilleur. » Misère...

Un des problèmes majeurs avec les messages de promotion de l'allaitement est qu'on lui attribue toutes sortes de vertus. Comme si la nature avait fait quelque chose d'extraordinaire. La nature répond seulement aux besoins des espèces afin qu'elles survivent et se reproduisent. Alors pourquoi, dans les messages pro-allaitement, on ne parle que des bénéfices de l'allaitement, et on dit qu'allaiter, c'est donner le meilleur ? Selon moi, cette façon insidieuse de présenter l'allaitement vient en partie des recherches. Les chercheurs, lorsqu'ils formulent leur protocole de recherche, placent les bébés non-allaités dans le groupe de contrôle, qui doit représenter la norme, et les bébés allaités dans le groupe intervention. Dans ce cas, ils doivent formuler la question de manière à démontrer les bénéfices ou les bienfaits de l'allaitement, plutôt que les risques des préparations commerciales. Étant donné que l'allaitement est la norme biologique (naturelle), il serait plus logique de placer les bébés exclusivement allaités dans le groupe de contrôle de manière à démontrer ce qui arrive quand on fait une intervention, à savoir nourrir artificiellement les bébés.

De plus, la grande majorité des messages véhiculés relèvent davantage de la propagande que de l'information. On nous prend pour des imbéciles qui sommes incapables de prendre une décision éclairée à partir d'informations factuelles tant sur l'allaitement que sur les préparations commerciales. Tous les parents, ceux que je connais en tout cas, aiment leurs enfants et souhaitent donner le meilleur d'eux-mêmes. Je pense qu'il serait plus respectueux de donner simplement des informations factuelles (d'un côté comme de l'autre), et d'orienter les parents vers des ressources compétentes. En fait, j'aimerais juste qu'on dise seulement la vérité. Allaiter, ce n'est pas toujours facile, accoucher non plus et vivre en couple encore moins (moi, ça fait 22 ans, alors j'en sais quelque chose). Les compagnies pharmaceutiques vantent leurs produits en leur attribuant des vertus qui, dans la majorité des cas, ne sont pas solidement prouvées scientifiquement. L'allaitement n'a rien à prouver parce que depuis la nuit des temps, c'est ce qui a assuré notre pérennité.

Il est vrai de dire que si les bébés exclusivement allaités ont moins d'infections, ceux qui ne le sont pas en ont plus. Donc, à mon humble avis, les chercheurs devraient mettre ce qui est normal (dans le sens de physiologique ou naturel) dans le groupe de contrôle et poser la question en conséquence. Les résultats seraient d'autant plus près de la vérité qu'ils démontreraient que les bébés nourris aux préparations commerciales ont un développement différent et sont plus nombreux à souffrir de certaines maladies (à court, moyen et long terme). Pensez aux études sur le tabagisme : les non-fumeurs sont placés dans le groupe de contrôle (normal) et elles démontrent les risques de fumer. Est-ce que les groupes

### Lait humain et formules lactées commerciales

- Le lait humain répond aux besoins nutritionnels des bébés humains car il contient tous les nutriments nécessaires au développement optimal des bébés humains.
- Le lait humain répond aux besoins immunologiques des bébés humains car il fournit les anticorps dont le bébé a besoin pour se défendre. Est-ce que cela veut dire que les bébés

exclusivement allaités ne seront jamais malades ? Bien sûr que non. Mais le système immunitaire des bébés humains n'est pas parfaitement autonome les premières années, il a donc besoin d'un coup de pouce.

- L'allaitement (le geste) répond aux besoins affectifs des bébés. Est-ce que cela veut dire que les femmes qui allaitent sont de « bonnes » mères ? Bien sûr que non, cela veut simplement dire que le lien d'attachement et les comportements dits maternels se développent plus naturellement, notamment grâce aux hormones et aux multiples contacts peau à peau qu'impose le geste. C'est l'attachement pour les paresseux ! Il faut garder en tête qu'avant nous, il y avait Madame Cro-Magnon (ma meilleure amie). Ainsi, pour assurer la survie de l'espèce humaine, la nature a prévu un système qui, en plus de nourrir les petits, induit chez les femelles un comportement spécifique afin qu'elles prennent soin et protègent leur bébé. Ceci est vrai pour tous les mammifères.
- Les formules lactées commerciales répondent partiellement aux besoins nutritionnels, et elles ne contiennent pas tous les nutriments nécessaires au développement optimal des bébés humains. La majorité des laits industriels ont pour base du lait de vache, du lait de soja ou du lait de riz.
- Les formules lactées commerciales ne répondent pas aux besoins immunologiques des bébés, elles ne contiennent pas d'anticorps. Est-ce que cela signifie que les bébés nourris artificiellement seront toujours malades ? Bien sûr que non, mais ils le seront davantage que les bébés exclusivement allaités. Toutes les études le démontrent, que dire de plus !
- Donner le biberon (s'il est donné dans les bras d'un humain) répond au besoin de proximité des bébés. Est-ce que cela signifie que les femmes qui n'allaitent pas sont de « mauvaises » mères ? Bien sûr que non. Il faut seulement accepter qu'avec l'allaitement, les contacts peau à peau sont imposés par le geste, et probablement plus fréquents qu'avec le biberon. Le biberon peut être calé avec des serviettes et mis dans la bouche d'un bébé qui est assis dans un siège ou

une poussette ; dans ce cas, le contact physique est inexistant.

Comme vous voyez, j'ai fait la différence entre le produit (le lait) et le geste (nourrir) afin de comparer les pommes avec les pommes et les oranges avec les oranges. Il y a une énorme différence entre le lait humain et le lait industriel ainsi qu'entre le geste de donner le sein et celui de donner le biberon. Mon analyse ne vous permet pas de prendre une décision éclairée, j'en conviens. Pour plus d'information sur les laits industriels, vous pouvez consulter la page sur les préparations commerciales (\*chantallavigneibcl.cq.ca/les-preparations-commerciales).

Finalement, il y a une promotion officielle et universelle de l'allaitement, mais aucun service après-vente. Le soutien en allaitement n'est pas adéquat et encore moins universel. De nombreuses femmes se sentent abandonnées, flouées et trahies par un système pro-allaitement qui, paradoxalement, propose des compléments de lait industriel à la moindre difficulté. Tout le monde dit qu'allaiter, c'est ce qu'il y a de mieux, mais il n'y a personne pour aider quand ça va mal !!! Que vous allaitiez exclusivement, partiellement ou même pas du tout ne change absolument rien dans ma vie, et franchement, ce n'est pas mes oignons. Mon rôle (le rôle de toutes les personnes impliquées dans le soutien aux mères allaitantes) est de soutenir les mères qui souhaitent allaiter, de les accompagner en fonction de leurs attentes, de les aider à comprendre l'origine de leurs difficultés, et de leur proposer des solutions cohérentes.

**Aider : oui.**

**Convaincre : non.**

**Donner de l'information : oui**

**Juger : non**



**am-f.**  
Allaitement maternel - formation

**FORMATIONS 2013**

- Allaitement en maternité, en néonatalogie
- Piloter les changements de pratiques
- Relation d'aide auprès des mères
- Allaitement et précarité
- Deuil périnatal
- Portage

N° d'agrément : 11 78 011 46 78

**Marie-Pierre Micoud**  
Tél. 09 63 00 03 80  
coordinatrice@allaitement-maternel-formation.com

[www.allaitement-maternel-formation.com](http://www.allaitement-maternel-formation.com)

**Stages 2013**

**Médicaments et allaitement**  
Paris, 2 jours  
6 et 7 juin 2013  
14 et 15 novembre 2013

**Conduite pratique de l'allaitement**  
Paris, 4 jours  
16-17 mai 2013,  
17-18 juin 2013

**25 ans de partenariat**  
Organisme de formation continue  
**PROFESSIONNELS de SANTÉ**