



12 DIMANCHE 2014
OCTOBRE

© mynam-semmone

la grande tétée

Marie Bénétéau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM



12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Allaiter, c'est pratique !

Par Marie Bénéteau
Co-fondatrice de *Grandissons*

GTT Cagnes-sur-Mer

la grande tétée

Marie Bénéteau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM



Plan

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

- Physiologie de la lactation
- L'allaitement en France
- Allaiter, c'est pratique
- Quelques idées reçues
- Liens et conclusion

la grande tétée

Marie Bénéteau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM



12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Physiologie de la lactation

la grande tétée

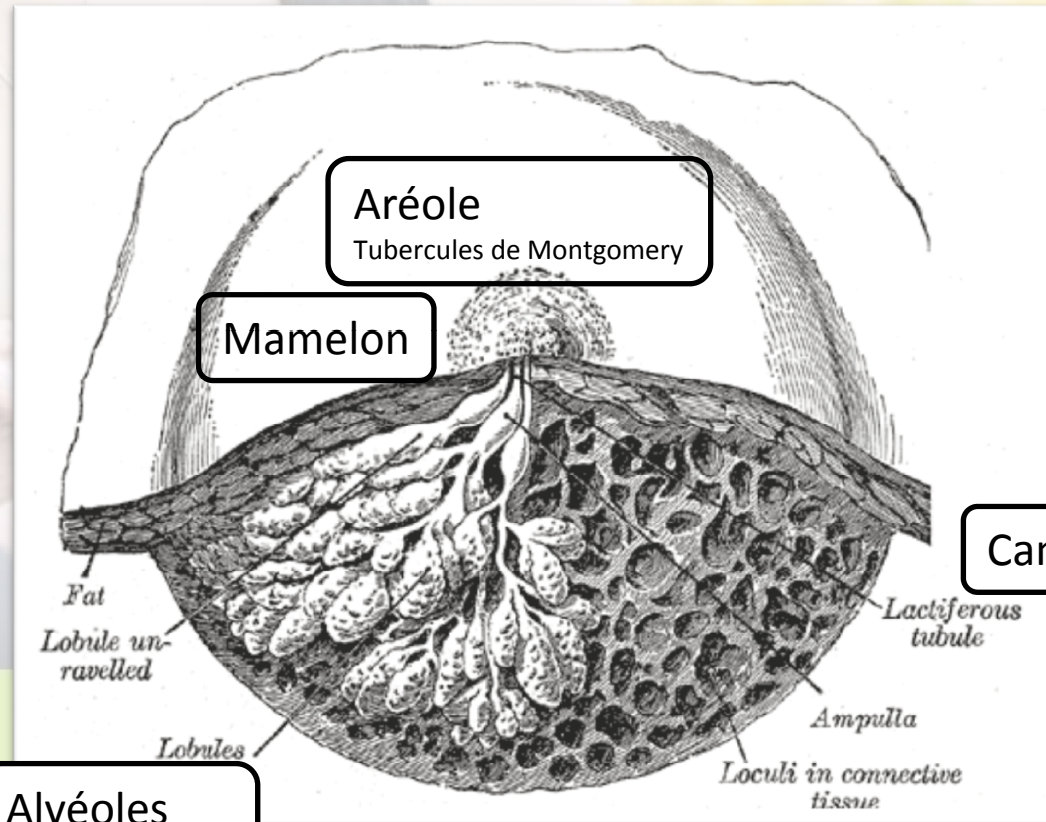
Marie Bénétéau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

Physiologie de la lactation

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Anatomie



Dissection of the lower half of the mamma during the period of lactation. (Luschka.)
Henry Gray (1825–1861). Anatomy of the Human Body. 1918

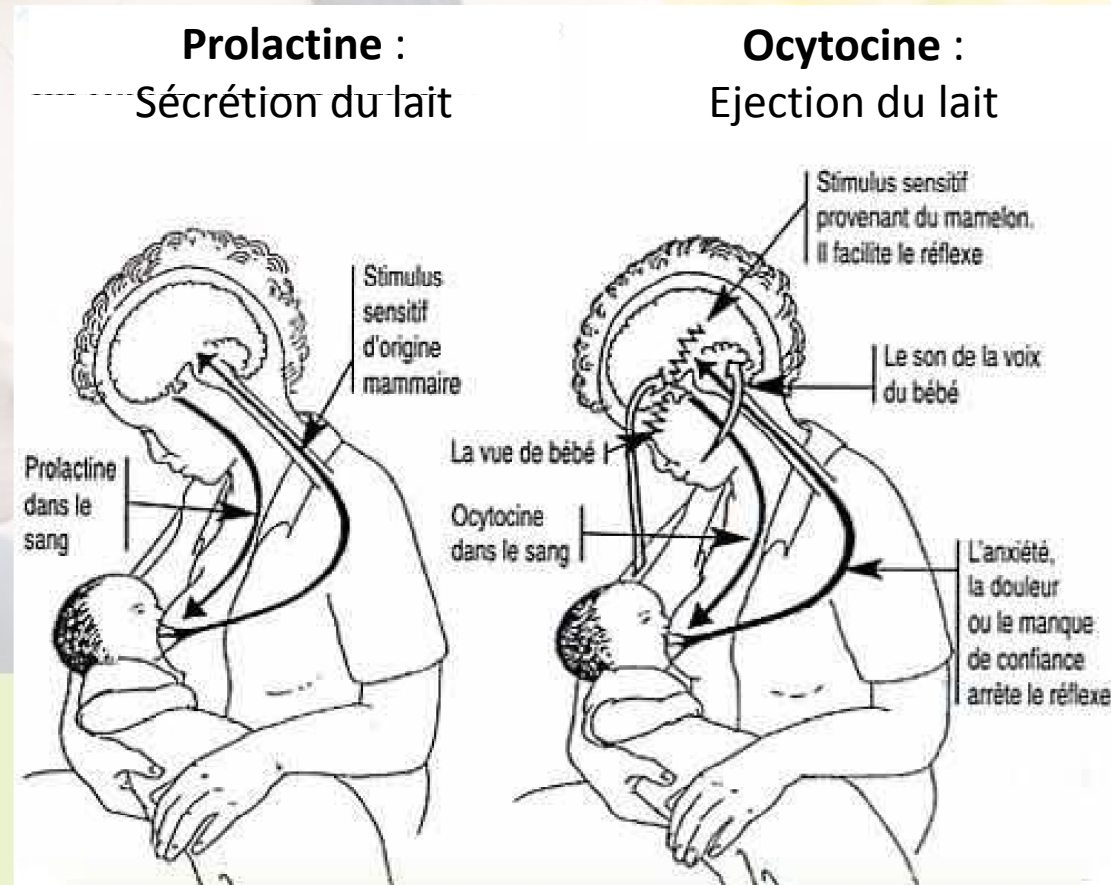
Marie Bénéteau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

Physiologie de la lactation

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Hormones



la grande tétée

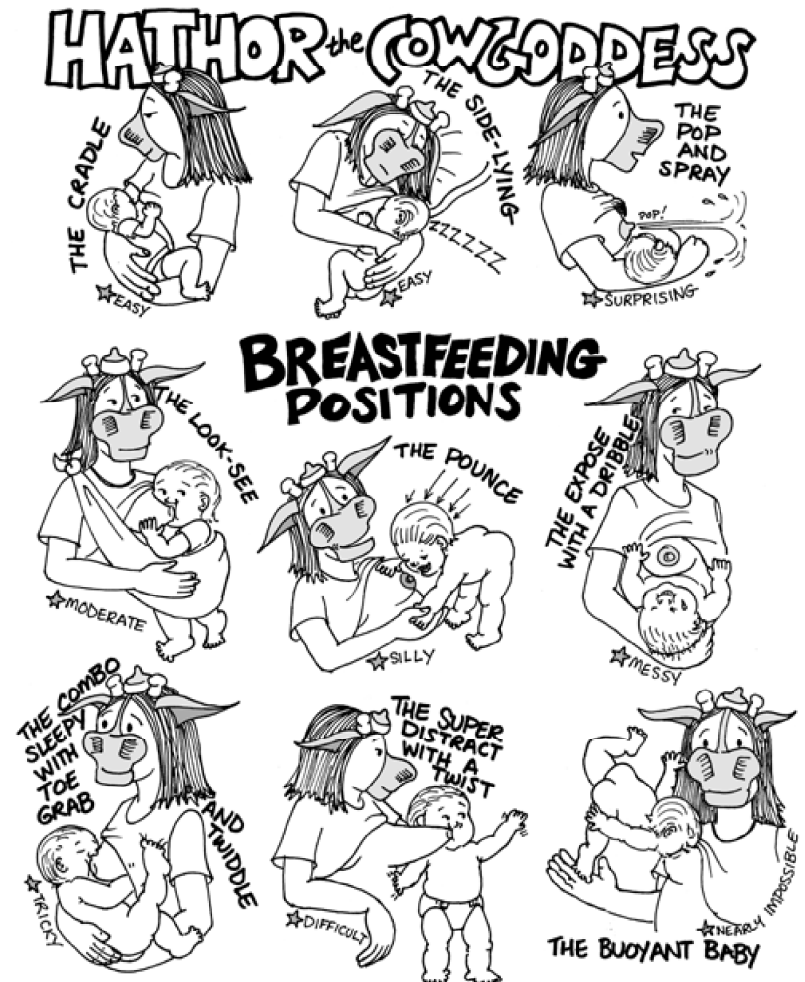
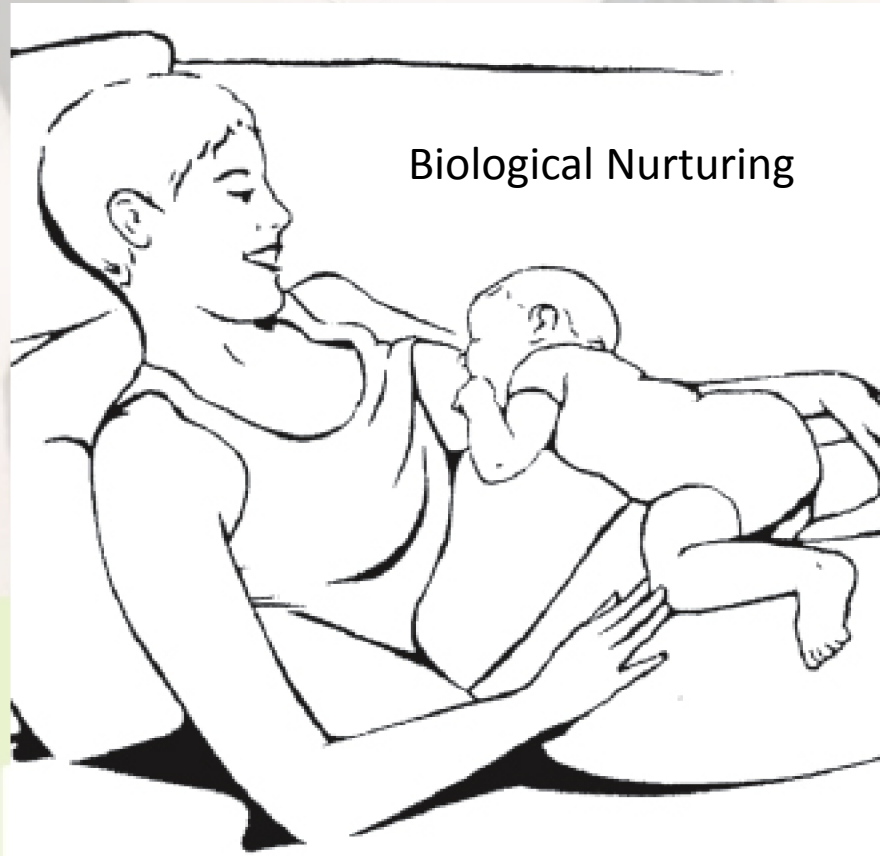
Marie Bénéteau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

Physiologie de la lactation

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Positions d'allaitement



Marie Bénéteau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer © 2005 HEATHER CUSHMAN-DOWDEE WWW.THECOWGODDESS.COM

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM



12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

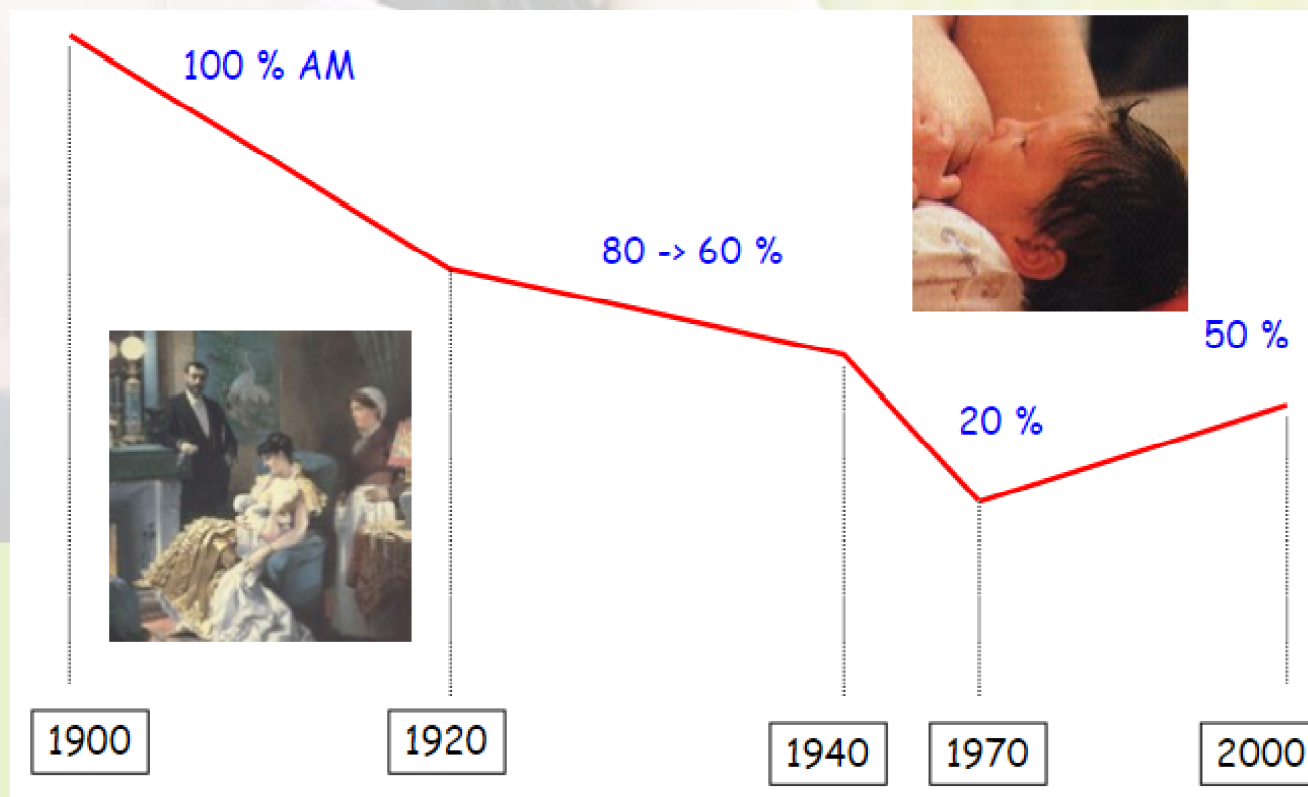
L'allaitement en France

la grande tétée

Marie Bénétiau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer
JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

L'allaitement maternel en France

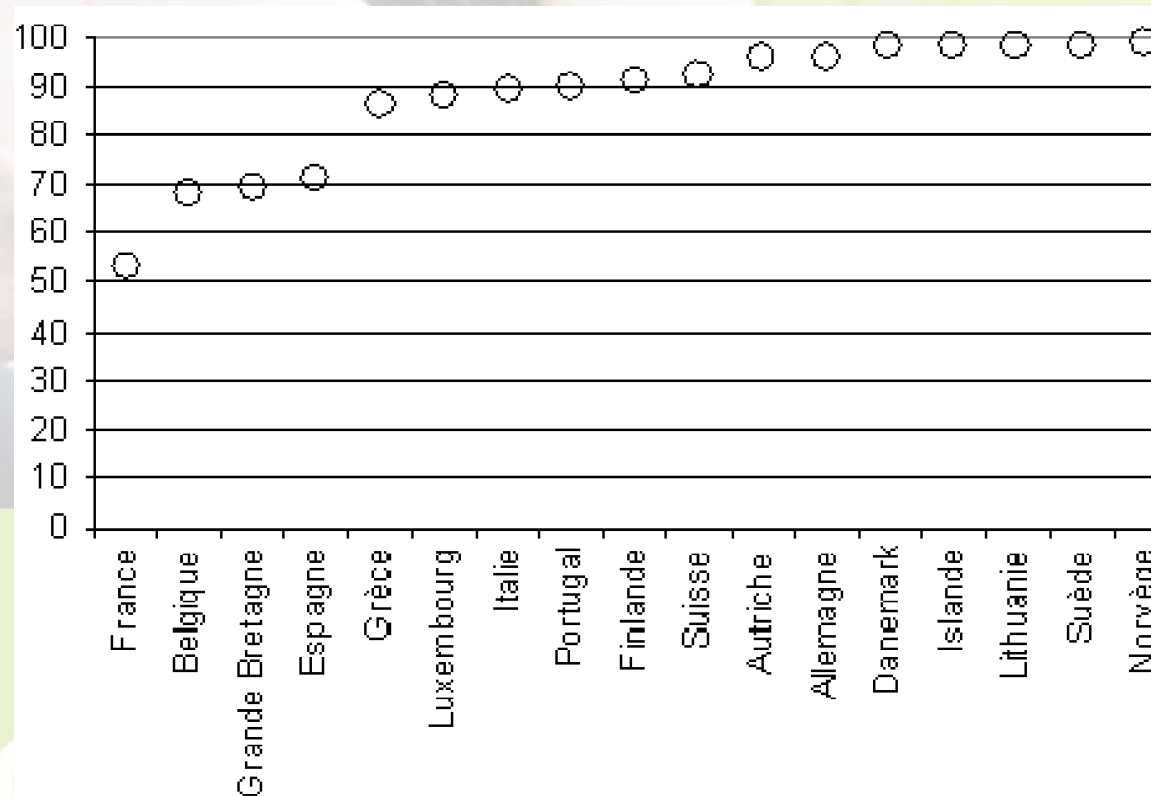
Différentes périodes de la pratique de l'allaitement maternel
(I. Gentihomme, CHU Rennes)



L'allaitement maternel en France et en Europe

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Initiation de l'allaitement à la naissance ou à la sortie de la maternité
(bilan 2003 – Commission Européenne)



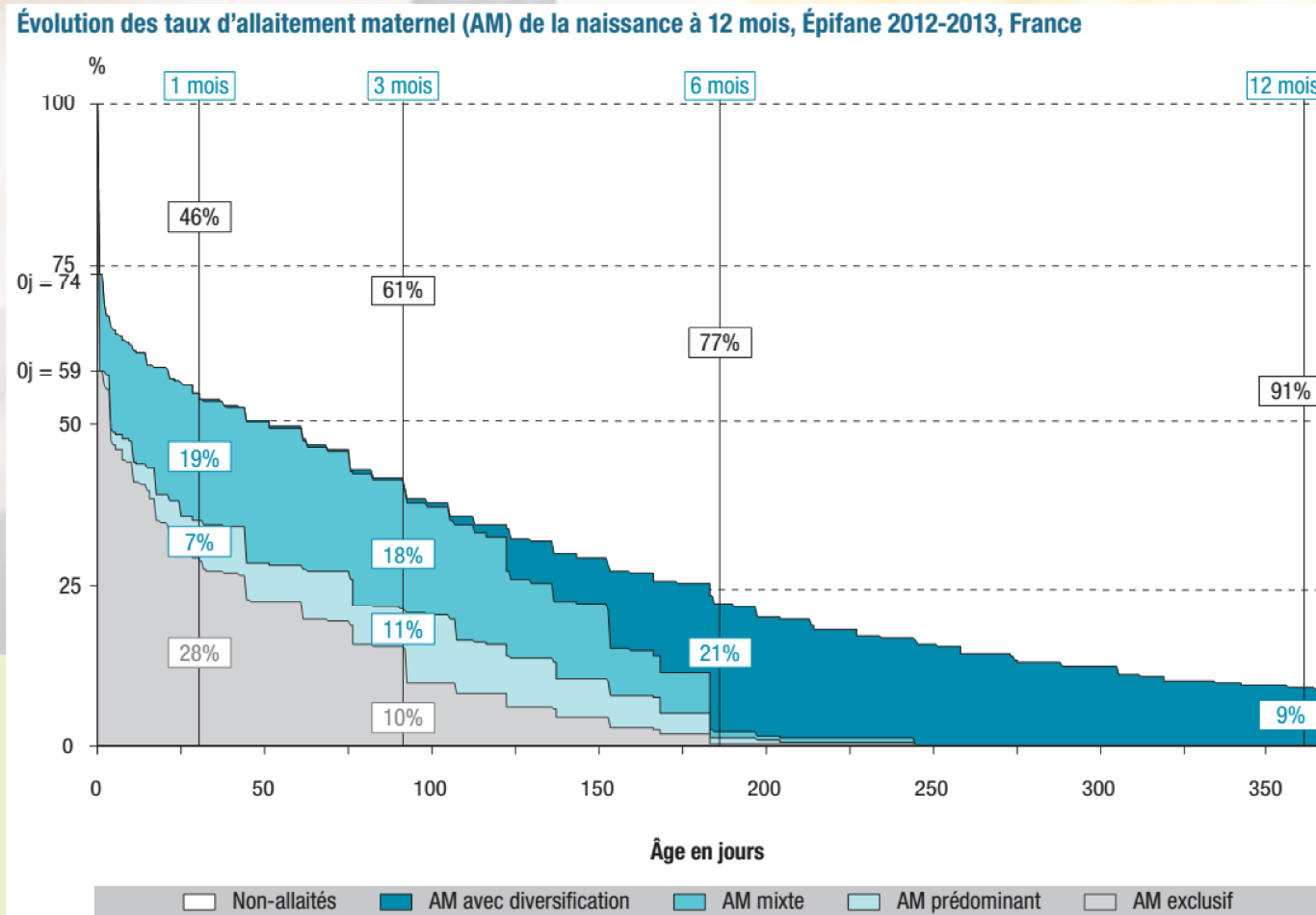
Durée de l'allaitement maternel en France (Etude Epifane de l'InVS parue en 2014)

- 2 806 enfants suivis jusqu'à 12 mois
- 74% sont allaités à la naissance
- A 3 mois : 39% sont encore allaités
 - 10% exclusivement**
 - 11% de façon prédominante
 - 18% recevant aussi des PN
- A 6 mois : moins d' ¼ sont encore allaités (plus de 50% en mixte)
- A 12 mois : 9% sont encore allaités

la grande tétée

Durée de l'allaitement maternel en France (Etude Epifane de l'InVS parue en 2014)

12 OCTOBRE 2014



Durée de l'allaitement maternel en France (Etude Epifane de l'InVS parue en 2014)

12 OCTOBRE 2014
DIMANCHE

Taux d'allaitement selon les caractéristiques des mères

- Age de la mère (les plus âgées allaitent plus)
À 3 mois, 25% pour les 18-24 ans et 47% pour les +de 35 ans
- Multiparité (allaitement plus souvent plus long)
- Perception du conjoint (2x plus nombreuses à initier l'AM si le conjoint à une perception positive et moins d'allaitement mixte)
- Mais aussi : préparation à l'accouchement, tabac pendant la grossesse, voie d'accouchement...

la grande tétée

Durée de l'allaitement maternel en France (Etude Epifane de l'InVS parue en 2014)

- le **manque de soutien** auprès des mères qui souhaitent allaiter, à la maternité et lors du retour à domicile, la **durée des congés maternité** ou **l'image peu valorisée** de la femme qui allaite sont des raisons qui pourraient expliquer la situation particulièrement défavorable de la France.
- **formation renforcée** des personnels exerçant dans les domaines de la périnatalité, de la pédiatrie et de la protection maternelle et infantile

Conclusion

Les résultats de cette étude montrent que, au regard des recommandations actuelles, les mères qui ont choisi d'allaiter devraient être encouragées à maintenir un allaitement maternel si possible jusqu'à 6 mois.



12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Allaiter, c'est pratique !

la grande tétée

Marie Bénétéau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

15

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

Allaiter, c'est pratique !

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

ça sert à nourrir, endormir, consoler partout et tout le temps et en plus c'est gratuit.

j'ai toujours mes seins sur moi donc je peux partir partout avec mon bébé sans me soucier de ses repas qui sont toujours adaptés à ses besoins et à la bonne température

rapide, pratique, multifonctions, gratuit et toujours à portée de main même si imprévus

On ne peut pas tomber en panne de lait, on l'a toujours sur nous, à la bonne température Et puis, toujours facile : Ça prend moins de place à la maison et dans le sac

Console les bobos, rassure pendant les événements douloureux (plâtre !),...

Pas besoin de se réveiller complètement la nuit

pas besoin de laver les biberons, de les faire. On peut rester couchée et même s'endormir. Et on a toujours tout sous la main

c'est un bon moyen de consoler son bébé, de l'endormir, d'être proche de lui

Bigorneau (14 mois) vient d'avoir une gastro, il n'a rien mangé d'autre que mon lait pendant 3 jours. Il a copieusement vomi, mais il n'a jamais été mal en point, je n'ai jamais craint qu'il se déshydrate...

Pas de nourriture à prévoir en déplacement les 1ers mois, permet d'ailleurs de nourrir n'importe où et même en marchant !

Allaiter, c'est pratique !

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

- Le lait maternel est parfaitement **adapté au bébé**.
- Lait de sa propre espèce = alimentation idéale pour le nouveau-né.
- Le lait maternel ne nécessite **aucune préparation**. Il est prêt au moment où le bébé en a besoin et à une température idéale
- **Rien à transporter** en balade.
- **Pas d'horaires** spécifiques à respecter
- **Rien à acheter**
- **Effet antalgique** lors de bobos/vaccins, etc
- **Endormissement rapide**

la grande tétée



12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Quelques idées reçues

la grande tétée

Marie Bénéteau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

18

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

Quelques idées reçues

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

- « On ne peut pas se soigner quand on allaite »

> Le C.R.A.T.



Amoxicilline

La quantité d'amoxicilline ingérée via le lait est très faible : l'enfant reçoit moins de 1% de la dose pédiatrique (en mg/kg).

L'usage de l'amoxicilline en cours d'allaitement est très répandu et bien toléré.

Quelques rares effets transitoires et peu sévères ont été rapportés chez des enfants allaités de mères traitées par bêta-lactamines (diarrhée, éruption...). Ces observations étant mal documentées, aucun lien de causalité avec le traitement maternel ne peut être établi.

Au vu de l'ensemble de ces données, l'utilisation de l'amoxicilline est possible en cours d'allaitement.

Mifépristone = RU 486

La quantité de mifépristone ingérée via le lait est très faible : l'enfant reçoit moins de 1% de la dose maternelle (en mg/kg) lorsque les mères reçoivent une dose unique de 600 mg. Chez une patiente ayant reçu 200 mg, la mifépristone n'était pas détectable dans le lait.

Aucun évènement particulier n'a été signalé à ce jour chez des enfants allaités par des mères ayant reçu une dose ponctuelle de mifépristone.

Au vu de ces éléments, il n'est pas nécessaire de suspendre l'allaitement lors d'une prise unique de mifépristone.

Quelques idées reçues

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

- **« On ne peut pas allaiter quand on reprend le travail »**
 - Ce n'est pas facile mais...
 - On peut tirer son lait au travail (« heure d'allaitement » parfois rémunérée)
 - Mise en place d'un allaitement mixte ou de la diversification alimentaire selon l'âge (et le bon vouloir) de l'enfant
 - Infos : Lactissima, le blog « travail et allaitement » de Véronique Darmengeat <http://www.lactissima.com/>
 - Le quart d'heure d'allaitement <https://www.facebook.com/consultante.en.lactation>
 - « Allaitement maternel et droit » de Martine Herzog-Evans (et site internet)



la grande tétée

Marie Bénéteau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

20

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

Quelques idées reçues

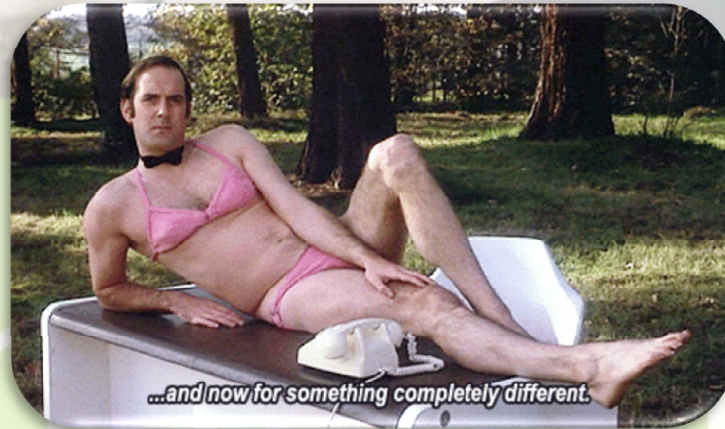
- « **Le père est mis à l'écart quand la mère allaite** »
- La vie d'un bébé n'est pas seulement au sein (participation au bain, aux sorties, aux changes...)
- Les conjoints ont un rôle de soutien très important
 - > voir les « papallaitants » <http://papallaitants.fr/>



- En réalité, peu de pères insisteront pour donner le biberon et seront souvent contents d'être tranquilles la nuit...

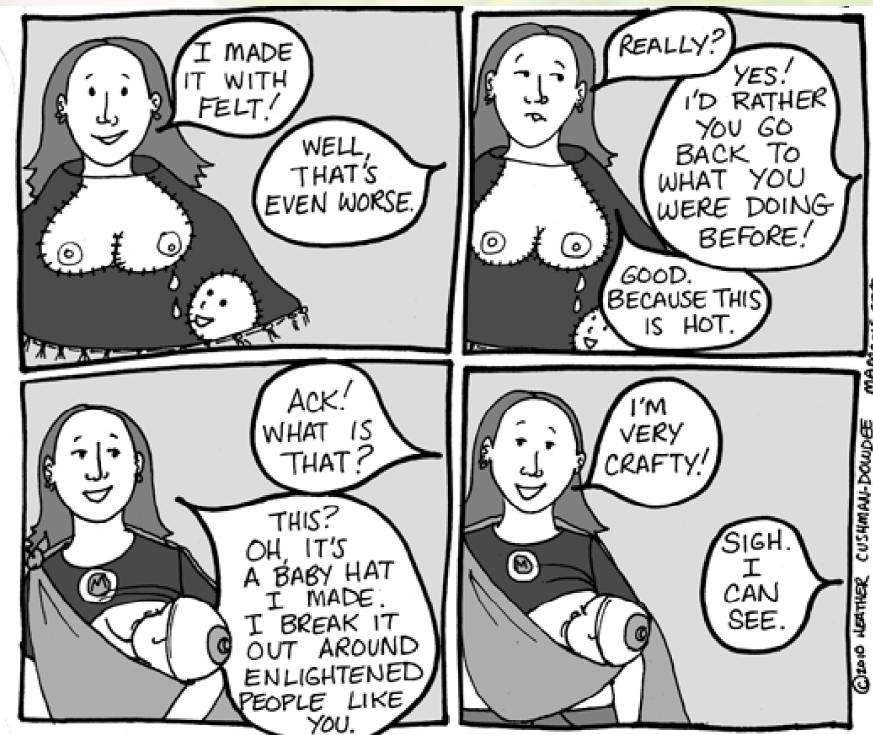
Quelques idées reçues

- «On est coincée chez soi quand on allaite »
- En France, aucune disposition générale et nationale ne prohibe l'allaitement dit « en public »
- La pudeur est une notion variante...



Quelques idées reçues

- «On est coincée chez soi quand on allaite»
- On peut allaiter en toute discrétion



Quelques idées reçues

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

- **«Au-delà de [insérez ici la durée de votre choix] le lait n'est plus nourrissant / l'allaitement n'a plus aucun intérêt »**
- La durée d'allaitement normale dans notre espèce (jusqu'au sevrage naturel de l'enfant) est comprise entre 2,5 et 7 ans.
- Le lait est toujours nourrissant (sauf en cas de carences/malnutrition extrêmes)
- **«Au-delà de [insérez ici la durée de votre choix] l'homme doit récupérer les seins de sa femme »**
- Les seins n'appartiennent ni à l'enfant, ni au conjoint !

la grande tétée



12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

Conclusion

la grande tétée

Marie Bénétéau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer
JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM

Des livres et des sites pour s'informer

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

- Véronique Darmengeat « *L'allaitement malin* »
- La Leche Ligue « *L'art de l'allaitement maternel* » et <http://www.llfrance.org>
- « *Le guide de l'allaitement au naturel* » d'Ina May Gaskin
- Le site des allaitements compliqués : <http://www.allaitementpourtous.com/>
- Pour échanger sur l'allaitement long <http://jesuisuneseinte.wordpress.com>
- Le site de l'association *Grandissons*, page allaitement : http://grandissons.org/?page_id=10

la grande tétée

Des professionnels et des associations locales

- Les consultantes en lactation certifiées IBCLC :
- *Céline* Dalla Lana à Saint Vallier de Thiey (04 93 36 04 52 – celine.dallalana@labridgerie.fr) et *Marie-Noëlle* Zagato (06 79 05 55 13 – mnzagato@gmail.com) intervenante à l'association Bébé en Conscience.
- La Leche League :
- LLL Nice : *Sylvie* (04 93 97 21 59 - lll.nice@laposte.net) ; LLL Estérel : ***Cécile*** (06 35 15 43 92 - lll.cagnessurmer@gmail.com), *Carine* (09 53 41 65 08 - lll.esterel@gmail.com) et *Marine* 04 93 93 39 74 - esterell@free.fr
- Animatrice LLL de permanence (répondeur national) : 01 39 584 584

Conclusion

12 DIMANCHE
OCTOBRE 2014

- Le choix d'allaiter ou non est un choix crucial et extrêmement personnel !
- Pour démarrer dans de bonnes conditions, soyez entourées (conjoint / famille / amis / professionnels / associations de soutien)
- Faites-vous confiance !
- Apprenez et partagez vos connaissances pour faire avancer la normalisation de l'allaitement maternel

la grande tétée

Marie Bénétiau GTT 2014 Cagnes-sur-Mer

28

JOURNÉE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT EN OUVERTURE DE LA SMAM