

L'allaitement maternel est associé à un risque cardiovasculaire maternel réduit

L'allaitement maternel présente des bénéfices pour les nouveau-nés mais aussi pour la santé des mères

On sait que **l'allaitement maternel est lié à un risque maternel réduit de cancer du sein, de cancer de l'ovaire et de diabète de type 2**. Le lien entre allaitement et risque cardiovasculaire a longtemps été ignoré. Le premier article reliant la lactation à l'incidence des maladies cardiovasculaires maternelles a été publié il y a seulement quelques années, en 2008. **Une équipe de recherche autrichienne a ici examiné systématiquement les preuves publiées depuis sur l'association de l'allaitement avec les résultats de risque maternel de maladie cardiovasculaire (MCV)**. La revue systématique et méta-analyse (niveau de preuve élevé) porte sur les données de 8 études et 1 192 700 femmes multipares.

Les résultats de cette étude montrent que **les femmes multipares qui ont déjà allaité au cours de leur vie avaient un risque réduit (entre 11% et 17%) de développer une MCV, une coronaropathie, un accident vasculaire cérébral ou une MCV mortelle par rapport aux femmes multipares qui n'ont jamais allaité**. En outre, l'analyse suggère que **la durée d'allaitement influe également sur la diminution du risque**.

Il existe plusieurs pistes possibles. sur la façon dont l'allaitement pourrait influencer les facteurs de risque cardiovasculaire et ainsi avoir un effet d'entraînement sur le développement d'événements cardiovasculaires cliniques : implication des **hormones** qui jouent un rôle important pendant la lactation, comme la prolactine et l'ocytocine ; l'influence de l'allaitement sur la **perte de poids après la grossesse** ; l'hypothèse de la **réinitialisation métabolique** par la lactation ; l'influence de l'allaitement sur d'autres **facteurs qui augmentent le risque cardiovasculaire**, comme l'hypertension ; la relation entre l'**athérosclérose subclinique** et la lactation...

L'existence potentielle d'une relation dose-effet inverse de la durée de l'allaitement et du risque cardiovasculaire a suscité une attention croissante au cours des dernières années. Les données restent insuffisante pour couvrir toute la question, néanmoins l'étude a constaté une diminution significative du risque de maladies cardiovasculaires, coronariennes, d'accidents vasculaires cérébraux et de maladies cardiovasculaires mortelles chez la mère progressant pendant toute la durée de l'allaitement jusqu'à 12 mois. Passé ce délai, l'effet sur les cardiopathies coronariennes a semblé atteindre un plateau entre 12 et 48 mois.

En termes d'implications cliniques, l'étude affirme que les effets positifs de l'allaitement maternel sur la santé des mères doivent être communiqués efficacement, la sensibilisation aux recommandations sur l'allaitement doit être accrue et les interventions visant à promouvoir et à faciliter l'allaitement doivent être mises en œuvre et renforcées.

- [Lire l'étude en entier \[angl.\]](#)

Tschiderer, L., Seekircher, L., Kunutsor, S. K. et al. (2022). **Breastfeeding Is Associated With a Reduced Maternal Cardiovascular Risk : Systematic Review and Meta?Analysis Involving Data From 8 Studies and 1 192 700 Parous Women.** Journal of the American Heart Association, 11(2). <https://doi.org/10.1161/jaha.121.022746>

Pour aller plus loin :

- [Allaitement maternel et risque de maladies cardiovasculaires chez la mère](#)
 - Nos ressources documentaires sur [le lien entre allaitement et pathologies cardiovasculaires](#)
- *
—

*Ces documents sont disponible sur demande chez IPA.

Voir les [conditions de consultation au Centre de Ressources CERDAM](#) d'IPA.



Publié par : JC, Documentaliste IPA.