# Poster - Le vécu des femmes qui pratiquent l'allaitement maternel prolongé

## Poster présenté par Nathalie Donnez lors des Journées Régionales de l'Allaitement maternel 2021

(Cliquez sur l'image pour l'agrandir)

# L'allaitement prolongé

+ de 12 mois

**Le vécu des femmes qui pratiquent l'allaitement maternel prolongé**

**Objectif : Explorer le vécu des femmes qui allaitent leur enfant sur une période prolongée** (plus d'une année).
**Méthode :** Revue de la littérature basée sur une analyse critique et descriptive de 5 articles sélectionnés.
*Travail de bachelor présenté par Mathilde Aroud et Nathalie Donnez à la Haute École de Santé, Genève, 2015*

**Résumé :**

L'allaitement prolongé est **reconnu bénéfique pour la santé de la femme et de son enfant.** Pourtant, les femmes qui allaitent «longtemps» **continuent à se heurter à des difficultés d'acceptation sociale**, y compris de la part des professionnels de santé.

**Les résultats de cette revue de littérature montrent qu'il est nécessaire de soutenir ces femmes et pour cela de promouvoir la pratique de l'allaitement prolongé.**

**Résultats :**

+ Les mères **témoignent positivement** de leur expérience d'allaitement prolongé. Elles rapportent un **bénéfice émotionnel**, une **aide dans les problèmes du quotidien**, et un **effet positif** sur la **relation mère/enfant.**

– La principale difficulté est la **forte stigmatisation** et les **jugements négatifs** de la part de l'entourage proche, des professionnels de santé et des inconnus. L'allaitement long est **considéré comme « inutile, bizarre ou comique »** parfois même dès les six mois de l'enfant.

– Les mères ressentent une **pression sociale** pour sevrer. Les signes qui « alertent » sont l'âge de l'enfant et son comportement : quand il marche vers le sein, réclame le sein par les mots ou saisit le sein de la main, cela sort des normes de nos sociétés industrialisées.

– Les femmes se plaignent également d'un **manque de soutien des professionnels** de santé.
Elles leur reprochent d'être **peu informés** et d'**avoir des préjugés** sur le sujet. **La recommandation d'« allaitement exclusif jusqu'à 6 mois » est souvent interprétée comme « sevrage à 6 mois ».**

**Articles sélectionnés pour la revue de littérature :**

*- 4 études qualitatives sur le vécu des femmes qui allaitent longtemps :*

*(1) Dowling, S., & Brown, A. (2013). An exploration of the experiences of mothers who breastfeed long-term: what are the issues and why does it matter?. Breastfeeding Medicine, 8(1), 45-52.*

*(2) Gribble, K. D. (2008). Long-term breastfeeding; changing attitudes and overcoming challenges. Breastfeeding Review, 16(1), 5*

*(3) Kendall-Tackett, K. A., & Sugarman, M. (1995). The social consequences of long-term breastfeeding. Journal of Human Lactation, 11(3), 179-183.*

*(4) Stearns, C. A. (2011). Cautionary tales about extended breastfeeding and weaning. Health Care for Women International, 32(6), 538-554."*

*- 1 étude quantitative interventionnelle qui tente de modifier les représentations des professionnels de santé sur l'allaitement prolongé :*

*(5) Cockerham-Colas, L., Geer, L., Benker, K., & Joseph, M. A. (2012). Exploring and influencing the knowledge and attitudes of health professionals towards extended breastfeeding. Breastfeeding Medicine, 7(3), 143-150.*

## Stratégies

***Pour échapper** aux réactions négatives, les mères adoptent diverses stratégies :*

- Certaines **dissimulent** leur allaitement. Elles se **couvrent en public, réservent** leur allaitement à la **sphère privée** ou négocient avec leur enfant **quand et où les tétées peuvent avoir lieu.**
Des **mots codés** sont parfois utilisés pour permettre à l'enfant de **réclamer** le sein **en toute discrétion.**
Certaines recourent au **mensonge.**

- D'autres, au contraire, **argumentent**, en se référant aux recommandations officielles, à des sources scientifiques, ou à des arguments basés sur l'affectif, l'intuitif et le naturel. Certaines se montrent particulièrement véhémentes, ce qui **peut mener à une forme de militantisme.**

- Les femmes relèvent deux **sources de soutien** importantes **pour la poursuite de leur allaitement : leur partenaire et les groupes de pairs,** comme ceux organisés par La Leche League.

## Comment déstigmatiser l'allaitement prolongé ?

- En **informant les femmes sur les bénéfices de l'allaitement quand il dure,** et les informer des sources de soutien, comme les groupes de pair
- En **promouvant l'allaitement long auprès du grand public et des professionnels de santé.**

*L'étude de Cockerham-Colas et al. (2012) menée à New York montre qu'une exposition pédagogique présentant des photos d'enfants plus âgés allaités accompagnées de textes informatifs peut significativement modifier les représentations et augmenter le niveau de connaissance sur l'allaitement prolongé.*
*Dans cette étude interventionnelle l'acceptabilité de l'allaitement d'un enfant de 1 à 2 ans est passée de 60 % à 89 % après visite de l'exposition.*

## Conclusion

Les femmes qui allaitent au-delà d'une année témoignent d'une expérience positive. L'allaitement représente pour elles **une source de puissance,** d'empowerment, les rendant plus fortes et plus confiantes en leurs capacités.

**Le regard porté sur l'allaitement prolongé devrait changer.**
Des actions pourraient être mises en œuvre afin de faire évoluer de manière positive les représentations sur l'allaitement prolongé et les attitudes à l'égard des femmes qui allaitent «longtemps»: **augmenter la visibilité de cette pratique dans la société, informer les familles, former les professionnels de santé, ou encore sensibiliser la population en général grâce à des supports visuels et informatifs.**

*Au Canada une campagne de communication spécifique sur l'allaitement prolongé a été menée par l'Agence de la santé publique du Canada, en 2014.*

## Discussion

La littérature scientifique fournit **peu d'informations sur les inconvénients de l'allaitement prolongé, en dehors de la stigmatisation sociale.** Plusieurs ouvrages, en citant des témoignages de mères, en font pourtant mention : une dépendance qui peut finir par agacer la mère, ou encore des difficultés de couple. Ces aspects mériteraient d'être étudiés.
On peut supposer que ces inconvénients soient liés au fonctionnement de la société occidentale où le maternage repose souvent uniquement sur la famille nucléaire. En effet, selon certaines auteures féministes, le maternage proximal pratiqué dans une société moderne aux valeurs individualistes pourrait aliéner et isoler les femmes.

D'autres féministes affirment au contraire que l'allaitement est une source d'empowerment pour les femmes, et que la société toute entière gagnerait à développer cette pratique, en favorisant la solidarité et la coopération, en repensant la place du travail. Alors que le réchauffement climatique et les problématiques écologiques deviennent des préoccupations sociétales majeures, l'allaitement prolongé devient un sujet d'action politique inévitable.

*« Les mères votent avec leurs seins ! » (Pasche-Guignard, anthropologue).*

*Poster réalisé par www.evaa-design.com*