

Groupe de Soutien aux Mères (GSM)

ALLIANCE MONDIALE POUR
L'ALLAITEMENT



“Une femme bien informée et à qui on a donné confiance en elle-même a toutes les chances de réussir son allaitement.”

Préambule : Hirkani's Daughters. Marta Trejos, Costa Rica et Sarah Amin, Malaisie, Groupe d'égalité homme-femme de WABA, 2006

Photo du haut: Groupes MINSA de soutien à l'allaitement, Ministère de la Santé, Pérou

Volume 13 Numéro 2

publié deux fois par an en anglais, espagnol, français et portugais

Décembre 2015

<http://waba.org.my/mother-support/mother-support-publications/>



Pour vous abonner, écrire à :
gims_gifs@yahoo.com

Coordinatrices du GSM de WABA :

Pushpa Panadam (Paraguay)

Dr. Prashant Gangal (Inde)

Rédactrices : Pushpa Panadam (Paraguay),
Rebecca Magalhães (États-Unis)

Traductrices : Espagnol – Marta Trejos
(Costa Rica)

Français – Herrade Hemmerdinger
(France)

Portugais – Pajuçara Marroquim (Brésil)

DANS CE NUMÉRO

COMMENTAIRES ET INFORMATIONS DU GROUPE DE SOUTIEN AUX MÈRES

1. Mon parcours avec les mères allaitantes qui travaillent : Prashant Gangal, WABA GSM coordinateur
2. Les dernières nouvelles du Bulletin : Pushpa Panadam, coordinatrice WABA GSM

LE SOUTIEN AUX MÈRES SOUS DIFFÉRENTES FORMES

3. Confiance et production lactée à la hausse : Cathy Case Liles, États-Unis
4. Anggugu – Soutien à l'allaitement pour les mères : Lily Yeoh, Malaisie
5. Discours d'inauguration du PRISMA,¹ Congrès du Programme Relais Allaitement et Maternage 2015 : Nor Kamariah, Malaisie
6. Les vidéos de Global Health Media sur les soins en santé

SOUTIEN AUX MÈRES : DES MÈRES ALLAITANTES PARTAGENT LEURS EXPÉRIENCES

7. Radiologue et maman : Dr Pradnya Kedar, Inde
8. Mon parcours d'allaitement : Regina Jacob, Inde
9. Le plus grand talent d'une mère ! Shubhada Chaukar, Inde
10. Allaiter mes triplées exclusivement six mois et au-delà : Alyssa Sheedlo, États-Unis

1. Breastfeeding Peer Counselor and Natural Parenting Convention

11. Donner la vie et allaiter après un cancer du sein : Maria Carrasquilla, Mexique
12. Le voyage inattendu : Georgina Van Wingham, Royaume Uni

SOUTIEN AUX PÈRES

13. Cinq façons dont les pères peuvent soutenir les mères dans leur allaitement. Le point de vue d'un papa : Danny Pitt Stoller, États-Unis
14. Ne laissez pas les labos de lait artificiel prendre l'avantage sur l'allaitement : Ernest Prakasa, Indonésie
15. N'oubliez pas les pères ! Peggy O'Mara, États-Unis
16. Définir mon rôle en tant que père d'un bébé allaité : André Vitor Sica de Moraes, France

DÉFENSEURS DE L'ALLAITEMENT : du passé et de nos jours

17. Peggy O'Mara, éditrice et auteure soutenant l'allaitement, États-Unis

DES NOUVELLES DU MONDE DE L'ALLAITEMENT

18. Trois cents mères allaitent pour le lancement d'une vidéo pour sensibiliser à l'allaitement
19. La Banque interaméricaine de développement à l'origine d'une campagne pour briser les tabous sur l'allaitement et encourager l'allaitement en public : Carmen Fernandez Sanchez, Espagne
20. Des améliorations dans l'allaitement à long-terme pour de très grands prématurés : Mary Sharp, Catherine Campbell, Debbie Chiffings, Karen Simmer et Noel French
21. Allaitement et nutrition jusqu'à l'âge de 2 ans et risque de leucémie lymphoblastique aigüe ou de tumeurs cérébrales chez l'enfant : Greenop KRI, Bailey HD, Miller M, Scott RJ, Attia J, Ashton LJ, Downie P, Armstrong BK, Milne E.
22. L'influence des attitudes envers l'alimentation infantile sur la durée de l'allaitement. Résultats obtenus dans le cadre de l'étude d'une cohorte dans l'Australie rurale de l'Ouest : Kylee N. Cox, Roslyn C. Giglia et Colin W. Binns
23. Et voilà pourquoi votre bébé ne fait pas ses nuits : Patrick Smith, Royaume Uni
24. Créer du capital social grâce au Programme Relais Allaitement (PraLLL). Les leçons tirées de l'évaluation d'un service de soutien bénévole à l'allaitement dans le Nord-Ouest de l'Angleterre : Gill Thomson, Marie-Clare Balaam et Kirsty Hymers
25. Onzième Forum One Asia des partenaires de l'allaitement : Siti Norjinhah, Malaisie

RESSOURCES POUR L'ALLAITEMENT

26. Des moyens d'action : Carolina Global Breastfeeding Institute, États-Unis
27. IBFAN et ICDC lancent un nouveau kit de surveillance du Code
28. Milky Moments : Ellie Stoneley, Royaume Uni

LES ENFANTS ET L'ALLAITEMENT

29. Position et peau à peau : Julia Mio, Canada
30. Réunion sur le thème de l'adoption et sur la lactation induite : Jen Reinhardt, États-Unis

SOUTIEN À L'ALLAITEMENT PAR LES GRANDS-PARENTS

31. Tendre la main à la prochaine génération : Marie-Hélène Plaveret Favre, France

ALLAITEMENT MATERNEL, VIH ET SIDA

32. VIH et allaitement, les preuves se dévoilent : Pamela Morrison et Zoe Faulkner, Royaume Uni

SITES WEB & ANNONCES

33. Des sites internet intéressants à visiter
34. Évènements passés & futurs
35. Hommage à Sheila Kitzinger

INFORMATIONS PRATIQUES SUR LE BULLETIN

36. Proposer des articles pour les prochains numéros
37. Comment s'abonner / se désabonner

I. Mon parcours avec les mères allaitantes qui travaillent. Une compilation de récits Dr. Prashant Gangal, coordinateur du Groupe de Soutien aux Mères de l'Alliance Mondiale pour l'Allaitement

En tant que coordinateur, j'ai été invité par ma collègue, Pushpa Panadam, à écrire pour la section du GSM de cette édition du Bulletin. Après une semaine de réflexion sur le thème de mon article, j'ai réalisé que cette édition serait publiée peu après les célébrations de la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel (SMAM). Donc il semblait tout à fait approprié de rester dans le thème de la SMAM 2015 *Allaitement et travail...* C'est possible ! J'avais déjà collecté des récits de mères qui travaillaient. Cela fait déjà 8 ans que *Hirkani's Daughters** a été publié, publication à laquelle le GSM a contribué. Publier ces nouveaux récits reviendrait à renouveler cette collaboration avec La Leche League International (LLLI). Certains des récits incluent les courbes de croissance de l'OMS, ce qui prouve que les efforts des mères allaitantes ont été payants.

Il y a quelques mois, j'ai eu une visite inhabituelle à ma clinique pédiatrique. Une maman qui travaille venait pour nous remercier de l'avoir aidée à allaiter avec succès selon les recommandations. Sa fille était âgée de presque 5 ans et continuait à téter occasionnellement la nuit. En discutant avec elle, je me suis aperçue qu'elle avait des dents en parfait état sans aucune carie. Ceci a renforcé ma conviction que l'allaitement, même la nuit, ne pose non seulement aucun problème, mais qu'en plus, il protège les dents (Ananya ne mange pas de cochonneries et elle se brosse régulièrement les dents).

De tels exemples sont une inspiration pour moi et pour les défenseurs de l'allaitement : obstétriciens, pédiatres, experts en santé publique, consultantes en lactation et conseillères du BPNI² de Maharashtra qui soutiennent les mères. Ceci nous motive dans notre mission pour encourager et soutenir les mères à allaiter avec succès. Les mères qui travaillent constituent une large population qui a besoin de conseils, que cela soit en milieu urbain comme en milieu rural. Le récit mentionné ci-dessus de Ms Pradnya Kedar et sa fille Ananya apparaît au chapitre intitulé *Les mères racontent leurs expériences*.

En 25 ans de pratique pédiatrique et de promotion de l'allaitement, j'ai rencontré des milliers de mères dont le dévouement et l'amour maternel ne cessent de nous inspirer moi et mon équipe. Certaines de ces merveilleuses mères ont répondu à ma demande et envoyé leur récit dans les 24 heures. L'une d'entre elles, qui travaille sur ordinateur, Ms. Smita Tiwari, a demandé aux ressources humaines de son entreprise de lui fournir un rideau et la possibilité de fermer son bureau à clé pour faciliter le tirage son lait. Deux autres mères, Ms. Shubhada Chaukar (dont le récit est également publié ici) et Ms. Utkarsha Naik, dont les récits ont été publiés dans *Hirkani's Daughters* ont aussi pris leur plume pour évoquer leurs sentiments sur le travail et l'allaitement et pour leurs filles qui ont maintenant 15 ans. Le récit de Ms. Arya Patil Gayakwad reflète sa passion pour un allaitement réussi. Toutes les mères ont quelque chose à dire. J'ai eu beaucoup de plaisir à participer à cette initiative en aidant à rassembler et éditer ces récits et ces ravissantes photographies de ces merveilleuses mamans et de leurs bébés.

Prashant Gangal, pédiatre, diplômé en santé infantile, consultant en lactation IBCLC,
coordinateur WABA MSTF
Email: psgangal@gmail.com

Note de l'éditrice : *Hirkani's Daughters* est une compilation d'histoires d'allaitement de femmes autour du monde. Ce sont les récits de femmes d'aujourd'hui qui ont réussi à surmonter divers obstacles pour continuer à allaiter. Chaque femme raconte la façon dont elle évalue ses options, et choisit le parcours qui convenait le mieux à sa famille. Le titre de ce livre a été inspiré par un ancien conte indien racontant qu'une jeune mère, Hirkani, a descendu une falaise de 300 mètres pour pouvoir allaiter son bébé. Ce livre est disponible en cliquant sur le lien suivant : <http://store.llli.org/public/profile/125>

Les expériences d'allaitement de Ms Smita Tiwari, Ms Utkarsha Naik et de Ms Arya Patil Gayakwad sont sur le site de WABA à cette adresse : <http://waba.org.my/mother-support/mother-support-publications/>

2. Breastfeeding Promotion Network of India

2. Les dernières nouvelles du Bulletin Pushpa Panadam coordinatrice WABA GSM

Il y a une question qui me revient tout le temps à l'esprit. Comment le Groupe de Soutien aux Mères (GSM) peut-il aider et soutenir les mères, les pères et les familles et les groupes autour du monde ? Avez-vous déjà envoyé une mère sur l'e-map,³ carte géographique électronique, pour trouver un groupe de soutien à l'allaitement qui puisse l'informer ? Si c'est le cas, nous souhaitons vous en remercier. Si ce n'est pas encore le cas, merci pour vos suggestions afin d'améliorer cette ressource et la rendre plus accessible.

Une autre activité importante du Groupe de Soutien aux Mères (GSM) est ce Bulletin. Il offre des informations et du soutien pour toutes les personnes qui veulent en savoir plus sur l'allaitement et proposer du soutien. Pour que les mères et les bébés réussissent leur allaitement, le soutien de tous ceux qui sont proches de la dyade d'allaitement est crucial. Il arrive bien souvent qu'on ne sache pas comment apporter de l'aide ou du soutien à une mère qui travaille. Les récits racontés ci-dessous peuvent nous aider à les aider. Des récits relatant une expérience personnelle, des récits relatant du soutien de différentes perspectives, comme celle des groupes de soutien et des associations de soutien à l'allaitement, celle des mères, des pères, des grand-parents et des enfants sont narrés dans les pages qui suivent.

Ce sont des récits comme ceux que l'on entend quand on participe à une réunion de soutien à l'allaitement. Quand vous vous asseyez et que vous lisez le bulletin, imaginez que vous participez à une telle réunion, où des mères de toute race, religion, pays et de tout âge sont invitées. Au fur et à mesure que vous allez lire ces récits, vous allez comprendre de quel type d'information et de soutien les mères ont besoin. Vous apercevrez peut-être un enfant qui « donne le sein » à sa poupée ou qui « anime » une réunion. L'allaitement fait partie de sa normalité quotidienne. Et si vous êtes grand-parent, vous verrez quel soutien la famille allaitante a pu recevoir.

Si vous avez ce type d'expérience, alors racontez-la nous ! Votre récit est important pour tous ceux qui promeuvent, protègent et soutiennent l'allaitement. Les récits d'allaitements réussis démontrent comment surmonter les obstacles, aider et soutenir d'autres mères. Elles ont besoin de savoir qu'elles ne sont pas seules dans ce qu'elles vivent et cela leur donne le courage d'allaiter un jour de plus, et même de soutenir une autre mère. Ne gardez pas ces informations pour vous, partagez-les s'il vous plaît, grâce au Bulletin du GSM.

Pour partager votre expérience, merci de nous écrire à l'une des adresses suivantes pushpapanadam@yahoo.com ou beckyann39@yahoo.com

LE SOUTIEN AUX MÈRES SOUS DIFFÉRENTES FORMES

3. Confiance et production lactée à la hausse Cathy Case Liles, États-Unis

Je reçois l'appel d'une mère. Elle avait repris le travail alors que son bébé avait 6 semaines et il en avait maintenant 9. Elle avait de moins en moins de lait, ses stocks de lait tiré et congelé étaient au plus bas et elle complétait avec du lait en poudre un peu plus chaque jour. Cela ne correspondait ni à ce qu'elle voulait faire, ni à ce qu'elle avait projeté. Que pouvait-elle prendre ou faire pour augmenter sa lactation ? Elle avait testé des tisanes d'allaitement, des cookies d'allaitement, des plantes médicinales, des huiles... Et rien ne marchait. Elle avait un tire-lait correct et elle tirait son lait à la maison pendant que son mari donnait un biberon (de lait artificiel) et elle espérait augmenter sa production lactée qui pourtant s'effondrait. En dépit d'une alimentation équilibrée et du fait qu'elle buvait des litres d'eau tous les jours, elle produisait de moins en moins de lait. Que pouvait-elle faire pour remédier à ce problème ? Je lui ai dit que je n'avais pas de solution miracle, mais qu'il y avait des stratégies qu'elle pourrait tester pour tirer son lait et nourrir son bébé.

Nous avons travaillé les stratégies de mise au sein. Elle a appris que la production de lait répond à la loi de l'offre et de la demande. Plus le bébé tète, plus sa mère produit du lait. Mais au lieu de mettre son bébé au sein

3. L'E-map <http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/emap.htm> est une carte géographique électronique et une forme de soutien que le GSM et WABA souhaitent voir disponible pour ceux qui en ont besoin.

plus souvent, elle l'y mettait moins souvent, espérant que ses seins allaient se remplir avant sa prochaine session de tirage de lait. Nous avons parlé du fait qu'un bébé est beaucoup plus efficace pour extraire du lait qu'un tire-lait et donc plus efficace pour stimuler la production lactée aussi. Elle était tout à fait surprise. On lui avait fait croire que le tire-lait était plus efficace qu'un bébé.

En premier lieu, j'ai suggéré que dès son réveil le matin, elle allaite son fils d'un côté, pendant qu'elle tirait son lait de l'autre, car c'est un moment de la journée où il y a, en général, plus de lait. Elle pouvait ainsi profiter du réflexe d'éjection induit par son bébé. Elle s'est aperçue que son réflexe d'éjection était accru en rapidité et en fréquence quand elle avait son bébé au sein. Je lui ai également suggéré qu'elle fasse sonner son réveil 15 minutes plus tôt, pour donner une tétée à son fils, se préparer pour aller au travail et lui redonner la tétée avant de partir. Je lui ai suggéré de dormir avec lui pour qu'elle puisse l'allaiter en dormant et de ne pas hésiter à lui donner le sein au lit aussi souvent que possible le week-end afin d'augmenter sa lactation. J'ai aussi proposé non seulement de donner le sein à son bébé dès qu'il était réveillé et calme (donc prêt à prendre le sein), mais aussi d'arrêter de tirer son lait et de donner le sein à la place, en particulier le soir et les week-ends. De plus, je lui ai proposé de changer de sein toutes les 5 minutes pour aider son corps à comprendre que son bébé avait besoin de plus de lait.

Deuxièmement, je l'ai encouragée à passer plus de temps avec son bébé dans les bras, à faire du peau à peau, à prendre des bains avec lui et à le masser aussi. Je l'ai également encouragée à avoir plus de contacts tendres avec son époux et ses proches – pour qu'ils la serrent plus souvent dans leurs bras, qu'ils lui massent le dos, lui donnent la main. Toutes ces occasions tactiles stimulent la production d'ocytocine (l'hormone de l'amour), et cette hormone influence positivement la production de lait et le réflexe d'éjection.

Après ça, nous avons abordé la question des stratégies pour tirer son lait. Je lui ai suggéré de se masser les seins avant de tirer son lait, de pratiquer la compression ou d'appliquer une pression en douceur sur différentes zones de ses seins pendant qu'elle tirait son lait, et ensuite de le tirer manuellement afin d'augmenter la stimulation tactile du sein et de façon à le vider de manière plus efficace. De plus, j'ai proposé qu'elle passe moins de temps à tirer son lait, puisque le tire-lait lui faisait mal.

Troisièmement, je l'ai encouragée à aller à une réunion de La Leche League afin de rencontrer d'autres mères qui allaitaient et qui travaillaient, pour recevoir leurs encouragements et voir par elle-même que c'était possible. Elle a participé à une réunion et a pu profiter des astuces que ces mères partageaient sur le travail et l'allaitement. Elles l'ont également aidée à voir tout ce qu'elle réussissait et à être heureuse du choix qu'elle avait fait de poursuivre l'allaitement après avoir repris le travail à plein temps. Elles ont partagé leurs frustrations comme leurs succès et ont apporté un soutien réel à ses efforts monumentaux.

Le dernier point que nous avons abordé, c'est les gadgets qu'elle utilisait dans son allaitement et qui minoraient sa capacité à allaiter comme elle le voulait. Elle a commencé à se concentrer sur des façons efficaces d'augmenter sa lactation.

Elle a été un peu désarçonnée d'une telle avalanche de suggestions. S'en est suivi (quand même) un bon week-end bien productif avec son bébé et déjà le dimanche soir, elle a remarqué qu'elle avait plus de lait et que le bébé n'avait pas tant besoin de compléments. Il a adoré se faire câliner plus que d'habitude, le peau à peau et les tétées fréquentes. Il en a été vraiment apaisé, moins en demande. Son époux a été apaisé également, il était beaucoup moins stressé par leur bébé intense (qui ne l'était plus) et sa femme affolée (qui ne l'était plus non plus). Elle a senti sa confiance en elle grandir de concert avec sa production lactée. Quand elle est retournée au travail le lundi, elle a pu tirer plus de lait et donner moins de compléments à son bébé quand ils étaient séparés. Elle a repris espoir qu'elle pourrait atteindre son objectif de poursuivre l'allaitement et de fournir suffisamment de lait pour nourrir son fils en son absence. Cela lui a pris quelques semaines, mais elle a réussi. Cela ne s'est pas fait sans frustration, pédagogie, encouragement et soutien. Et puis c'est elle qui a réussi à faire ce qu'elle voulait. Elle m'a dit, lors de notre dernière conversation, que se centrer sur son bébé l'avait aidée à se sentir plus proche de lui. Elle s'est sentie plus satisfaite en tant que mère. Elle a ajouté que les massages dans le dos et le fait de se donner la main avec son époux avaient été très bénéfiques et qu'elle était reconnaissante de l'aide qu'elle avait reçue..

Cathy Case Liles, consultante en lactation IBCLC, Texas, États-Unis

Note de l'éditrice : Cathy a partagé son expérience sur Facebook et a accepté qu'elle soit publiée dans le bulletin du GSM. Merci Cathy !

4. Anggugu – Soutien à l’allaitement pour les mères

Lily Yeoh, Malaisie

Il y a dix ans, alors que j’étais enceinte de mon fils, la première chose que j’ai faite a été de chercher sur internet quelle marque de lait en poudre serait la meilleure pour mon bébé. Je n’avais même pas pensé à l’allaitement jusqu’à ce que mes recherches me montrent les bénéfices du lait maternel. Je me suis donc mise à rechercher des informations sur l’allaitement. En tant que Chinoise de Malaisie dans un pays multiracial, je me suis mise en quête d’informations locales sur l’allaitement en chinois, mais tout ce que j’ai trouvé c’était des informations en chinois de République Populaire de Chine, de Taiwan ou de Hong Kong. En Malaisie, il n’existait que des sites en anglais ou en malaisien à l’époque !



Et comme je n’ai aucune difficulté à lire l’anglais, j’ai pu apprendre beaucoup de choses grâce au forum d’un groupe de soutien à l’allaitement local, *My Mom’s Best*, et ainsi me préparer. Après la naissance de mon fils, j’ai pu vivre un allaitement facile et quasiment sans embûche.

Quand mon fils a eu un an, j’ai commencé à avoir un peu plus de temps pour moi et je l’ai mis à profit pour le projet qui me tenait à cœur : créer un site web à l’attention des mères Chinoises de Malaisie. Il n’y avait toujours pas de sites d’allaitement pour les Chinoises de Malaisie et je savais qu’elles ne maîtrisaient pas toutes l’anglais. Sachant que je pouvais le faire étant titulaire d’un diplôme supérieur en informatique, avec une spécialisation multimédia, je me suis lancée.

Au cours du mois de juillet 2007, j’ai créé un forum en langue chinoise pour la communauté Chinoise de Malaisie et je l’ai appelé *Anggugu*. “*Anggugu*” est un mot affectueux que nous utilisons pour parler aux bébés, un peu à la manière de « guili-guili ». J’ai choisi ce nom parce qu’il est facile à retenir et qu’il fait sourire tout le monde.

Anggugu a réussi à rassembler un grand nombre de mères de toute la Malaisie. C’est devenu une plateforme en ligne pour les Chinoises de Malaisie qui leur permet de partager leur expérience et se soutenir mutuellement. Les femmes enceintes, les femmes qui n’allaitent pas sont également les bienvenues. C’est en lisant l’expérience des mères allaitantes du forum, que de nombreuses mères ont opté pour l’allaitement pour leur bébé suivant.

En maintenant mon site web tout en soutenant les mères allaitantes, j’ai réalisé que je devrais améliorer mes compétences en lactation. J’ai rejoint le Programme Relais Allaitement malaisien de LLL, le PraLLL, puis j’ai été bénévole dans un hôpital local, ensuite j’ai pris des cours par correspondance avec Health e-Learning, j’ai même participé à des conférences en ligne sur la lactation, et enfin en 2011 j’ai passé l’examen de consultante en lactation IBCLC et j’ai été certifiée en compagnie de 23 autres IBCLC en Malaisie.

En Malaisie, il n’y a que peu de consultantes IBCLC ayant reçu une éducation chinoise. Je pense même être la seule consultante libérale qui travaille à plein temps et qui propose des ateliers mensuels sur l’allaitement ainsi que des consultations. Les autres consultants IBCLC sont des médecins, des pharmaciens ou des nutritionnistes. Ce qui me fait réaliser que j’ai un rôle important à jouer dans le domaine de l’allaitement en Malaisie. Avec mon savoir-faire en technologie de l’information, mes connaissances en matière d’allaitement, mon expérience et mes compétences en chinois, je peux me servir d’internet et des réseaux sociaux pour offrir aux mères Chinoises de Malaisie de la connaissance et du soutien en matière d’allaitement.

J’ai maintenant transformé mon site web www.anggugu.com en un blog comportant des articles sur l’allaitement en chinois, similaire à celui de kellymom.com. J’ai aussi transformé le forum en un groupe Facebook qui a vite grandi et qui comporte maintenant plus de 30.000 membres après seulement deux ans d’existence. *Anggugu* représente maintenant la communauté d’allaitement en langue chinoise la plus importante de Malaisie.

Lily Yeoh est consultante IBCLC à Cheras, Malaisie. C’est la fondatrice d’*Anggugu*, un blog sur l’allaitement en langue chinoise. Elle anime des ateliers sur l’allaitement au Centre *Anggugu* pour la lactation, la couture et l’artisanat.

Email : lily@anggugu.com Site web : www.anggugu.com

5. Discours d'inauguration du PRISMA,⁴ Congrès du Programme relais allaitement et maternage 2015

Nor Kamariah, Malaisie

Le PRISMA 2015 a eu lieu du 14 au 16 Août 2015. Il a été organisé par l'association s'occupant du Programme relais allaitement (PraLLL) malaisien, à Subang Jaya, Malaisie. 150 participants ont participé au pré-congrès qui était consacré aux secours d'urgence et au soutien pour les mères allaitantes dans de telles conditions. Il y a eu 250 participants au congrès. Environ 60% appartenaient au Ministère de la santé malaisien, des médecins en charge des services de santé, des spécialistes, des infirmières et des nutritionnistes. Parmi



Discours d'inauguration par Kamariah.



Dato' Dr. Anwar Fazal lors de son discours pendant le Congrès.

les invités d'honneur à l'inauguration, il y avait : Datuk⁵ Dr. Lokman Hakim bin Sulaiman, le Directeur adjoint en santé publique du Ministère de la santé malaisien, Dato⁵ (Dr.) Anwar Fazal de WABA (l'Alliance Mondiale pour l'Allaitement) Président émérite, ainsi que Miss Yeong Joo Kean, représentante de IBFAN-ICDC.⁶

Depuis le démarrage du PraLLL⁷ malaisien en 2010, et la fondation de l'association malaisienne des Mamans-relais allaitement du PraLLL (MBfPCA) en 2012, nous avons placé de grandes espérances dans la rencontre avec toutes les Mamans-relais allaitement formées et les autres défenseurs de l'allaitement à un congrès. Ce jour est heureusement enfin arrivé !

Je remercie sincèrement tous les membres du comité qui ont travaillé inlassablement à l'organisation du congrès depuis le tout début. Nombre d'entre elles ont dû travailler en communiquant virtuellement en utilisant les réseaux sociaux, car là, même la Mer du Sud de Chine ne pouvait les arrêter. Cela n'a pas toujours été facile de trouver l'équilibre entre leurs activités quotidiennes et ce travail. C'est d'ailleurs une caractéristique de chacune de nos bénévoles qui sont informées et autonomes. Elles ont été soutenues et encouragées par leur famille qui a partagé leur expérience, comme il en est coutume dans notre travail et notre tradition. C'est aussi la marque de

fabrique de notre association. Donc au nom de notre association, je voudrais vous dire que : *Votre travail est extrêmement précieux !*

Le PraLLL malaisien a commencé il y a 6 ans. Il a vu le jour grâce à la coopération de trois organisations majeures dans le monde de l'allaitement – WABA (Alliance Mondiale pour l'Allaitement), l'UNICEF et La Leche League International (LLLI). Il y a maintenant plus de 500 mamans-relais à travers toute la Malaisie, y compris Sabah et Sarawak.



Participants au Congrès.

-
- 4. Breastfeeding Peer Counselor and Natural Parenting Convention
 - 5. Titre honorifique
 - 6. International Baby Food Action Network – International Code & Documentation Centre
 - 7. Breastfeeding Peer Counselor Association



Comité organisateur du PRISMA 2015.

Ce n'est pas le nombre de mamans-relais que nous avons formées qui est important, mais la qualité de notre programme. Chaque maman-relais est efficace et crédible dans le rôle qu'elle joue dans notre société. Et c'est dans cet objectif que nos formatrices ont continuellement révisé le programme afin d'en améliorer les modules de formation et leur pédagogie pour s'assurer qu'il était facilement compréhensible et facilement mis en pratique par chacune.

Nous, à l'association malaisienne des mamans-relais allaitement du PraLLL, avons eu énormément de chance à tous points de vue. Cette année est historique, à nouveau, puisque le Global Health Media Project (GHMP) nous a sélectionnées comme partenaire opérationnel. Le GHMP est une organisation internationale qui produit des vidéos pédagogiques en matière de santé. En tant que partenaire opérationnel, le GHMP nous a offert le privilège de tester ses tous derniers produits pédagogiques sur ses vidéos pédagogiques d'allaitement. Et grâce à ce projet, ce sont 38 mamans-relais allaitement qui ont été formées pendant deux mois. Ceci donne à nos sessions de formation, qui existent depuis six ans, une nouvelle vitalité.

Mesdames, Messieurs, j'espère qu'après ce congrès, tous les participants vont pouvoir bénéficier de la connaissance partagée par nos conférenciers experts. Je nourris l'espoir que cette connaissance gagnée sera pratiquée et internalisée afin d'améliorer les pratiques existantes.

J'espère sincèrement que notre brève rencontre ici au congrès nous permettra de mieux nous connaître et de reconnaître les différents rôles que nous jouons, comme l'indique le thème de notre congrès : « Assumer votre rôle, tricoter notre réseau, normaliser l'allaitement ». Que cette rencontre permette sceller une relation permanente afin de soutenir, promouvoir et protéger l'allaitement dans le futur.

Pour finir, je vous prie d'accepter deux vers d'un poème de ma composition (en malaisien) :

*Berburu ikan di bukit batu, tidak kusangka terjumpha kangaroo,
Ilmu bukan hanya di buku, juga dari pengalaman dan para guru.*

*Rupanya ada si kura-kura, besar dari seekor labi-labi.
Gunanya ilmu tiada terkira, bekal manusia di atas bumi.*

Traduction française ci-dessous :

Chassant le poisson dans le roc des montagnes, je n'aurais pas cru rencontrer un kangourou
Au-delà des livres, la connaissance vient aussi de l'expérience et des gurus

On dirait qu'il y a une petite tortue prénommée Labi-Labi
Les usages de la connaissance demeurent innombrables, tant que l'homme sur terre restera

Nor Kamariah Mohamad Alwi, consultante IBCLC, a trois filles. En 2004, elle a fondé *Susuibu.com* un centre de soutien à l'allaitement où elle travaille en tant que consultante en lactation. En outre, elle est Présidente de l'association malaisienne des mamans-relais allaitement du PraLLL depuis 2012 (MBfPCA). Elle participe activement en sensibilisant le grand public à l'allaitement, et en proposant des activités de groupe pour le soutien à l'allaitement et soutient la protection de l'allaitement en Malaisie.

Le discours de Nor Kamariah en malaisien est disponible à l'adresse suivante : <http://malaysianbfpc.org/prisma2015/speakers/nor-kamariah/>

Pour des articles sur le congrès de PRISMA 2015 cliquer sur : <https://www.facebook.com/KonvensyenPRISMA2015>

Email: kamariah@susuibu.com

6. Les vidéos de Global Health Media sur les soins en santé

L'objectif de Global Health Media est d'améliorer la santé et les soins dans les régions pauvres en ressources, en développant des vidéos pédagogiques concernant des informations vitales sur les soins. Il y a de nombreuses vidéos sur l'allaitement qui offrent une solution simple et efficace pour aider les travailleurs de santé et les populations à acquérir les connaissances et les compétences de base qui permettent de sauver des vies. Dans ces

vidéos on parle de positions d'allaitement, d'allaitement pendant la première heure, de tirer du lait, d'évaluer si le bébé prend assez, de stocker du lait, d'aider une mère qui allaite et plus encore.

Ces vidéos sont accessibles en français, anglais, espagnol, swahili, nepali, lao et khmer.

Cliquer sur les liens suivants :

<http://globalhealthmedia.org/portfolio-items/increasing-your-milk-supply/?portfolioID=5623>

<http://globalhealthmedia.org/portfolio-items/early-initiation-of-breastfeeding/>



SOUTIEN AUX MÈRES : DES MÈRES ALLAITANTES PARTAGENT LEURS EXPÉRIENCES

Note de l'éditrice : Les articles n° 7, 8 et 9 nous ont été envoyés par le Dr Prashant Gangal. Merci Dr Prashant.

7. Radiologue et maman Dr. Pradnya Kedar, Inde

Pendant ma grossesse, j'ai assisté aux conférences de préparation à la naissance du Dr Gangal et de son équipe de soutien à l'allaitement. Cependant, dans les heures qui ont suivi la naissance de mon bébé, j'ai eu des doutes sur ma capacité à réussir mon allaitement. J'avais des difficultés à positionner et à calmer mon bébé qui pleurait. La peur « universelle » de ne pas avoir assez de lait à commencé à m'envahir et d'innombrables suggestions de la part de nos aînés, y compris de lui donner des biberons, ont fait que je me suis sentie encore plus perdue et déprimée. Ma formation de médecin (dont je pense qu'elle était inadéquate) ne m'a pas protégée de ces eaux troubles. Heureusement, je m'en suis sortie au bout de deux jours.

J'ai commencé à diversifier ma fille après 6 mois d'allaitement exclusif. J'ai repris le travail quand elle avait 8 mois. Je m'inquiétais beaucoup pour la poursuite de mon allaitement après la reprise du travail. Cependant, grâce aux précieux conseils de l'équipe du Dr Gangal, j'ai appris l'art de tirer mon lait et de le conserver. Ma belle-mère m'a énormément aidée et aussi soutenue. Elle gardait ma fille et lui donnait le lait que j'avais tiré, en complément d'autres aliments pendant mon absence. Malheureusement, je n'avais pas la possibilité de conserver mon lait sur mon lieu de travail. J'ai cependant choisi de tirer mon lait pendant la pause de midi pour maintenir ma lactation.

Quand je rentrais à la maison, j'allaitais mon bébé et je continuais pendant la nuit jusqu'au petit matin. Quand ma fille a eu 2 ans ½, j'ai commencé mon post-doctorat en radiologie, et mon emploi du temps a été encore plus compliqué. Même si Ananya mangeait bien la journée, je continuais à l'allaiter la nuit, en partie pour compenser mon absence pendant la journée, et aussi parce que le Dr Gangal m'avait informée que l'allaitement est utile même au-delà du deuxième anniversaire. Parfois, c'était fatigant et frustrant, mais mon dur labeur, ma persévérance et le soutien de ma famille ont porté leurs fruits. J'étais très satisfaite que mon bébé reçoive une nutrition adéquate et que son poids suive bien les courbes de croissance de l'OMS.



Courbe de poids d'Ananya.

Aujourd'hui mon bébé a 5 ans ½ et elle est en pleine forme. J'ai presque arrêté l'allaitement, mais elle me demande parfois de l'allaiter la nuit et je n'ai aucune inhibition à préserver ce lien. En temps que mère, je me sens fière et j'éprouve un très grand plaisir à avoir réussi mon allaitement, en dépit du besoin que j'ai de poursuivre mes études et de faire mon travail. Je suis pleinement satisfaite de lui avoir donné la nutrition prévue pour elle, et surtout JE NE LUI AI PAS DONNÉ LE BIBERON. Je suis reconnaissante au Dr Gangal et son équipe qui m'ont si bien soutenue et guidée pour que je puisse atteindre cet objectif. Étant moi-même médecin, j'étais en mesure de comprendre l'importance et la physiologie de la lactation, et cela m'a aidée en partie à atteindre cet objectif. Le message à retenir c'est que les mères qui travaillent peuvent réussir à allaiter leurs bébés. Ce dont on a besoin, c'est la volonté de le faire, de s'y tenir, de persévérance et de conseils appropriés en matière d'allaitement.

8. Mon parcours d'allaitement

Regina Jacob, Inde

Je m'appelle Regina Jacob, maman d'Alisha, 16 mois. Elle est le soleil de notre vie.

J'ai vécu une grossesse facile, avec des nausées matinales seulement les quatre premiers mois. Après cela, elle s'est passée sans heurts. Enceinte, j'ai commencé à lire sur l'allaitement, et cela m'a convaincue de ses avantages.

Quand Alisha est née le 22 mars 2014, le médecin l'a placée immédiatement sur ma poitrine : la sensation la plus agréable du monde. Une consultante en lactation m'a montré comment la mettre au sein et cette petite chanceuse d'Alisha l'a tout de suite bien pris, dès la première tétée. J'étais cependant inquiète les deux premiers jours, parce qu'elle se réveillait en pleurant. J'avais peur de ne pas avoir assez de lait.

Cependant, le personnel de l'hôpital m'a beaucoup soutenue, et on ne lui a pas donné de complément de lait artificiel. J'ai des amies qui m'ont dit que c'était une pratique courante dans certains hôpitaux. Une fois sortie au bout de trois jours, je suis rentrée à la maison et j'ai continué à l'allaiter avec l'aide d'un coussin d'allaitement.

Lorsque nous sommes allées voir le Dr Gangal, le pédiatre d'Alisha, le 19^e jour, j'ai été surprise d'apprendre que sa prise de poids n'était pas satisfaisante. L'équipe de consultantes en lactation du Dr Gangal m'a demandé de leur montrer ma méthode pour allaiter mon bébé, et m'ont montré comment le faire correctement. Après cela, mon allaitement s'est passé comme sur des roulettes.

Une décision importante a eu lieu lorsque je devais reprendre le travail alors qu'Alisha était âgée de 4 mois. Je voulais l'allaiter exclusivement 6 mois, mais je ne pouvais pas me permettre d'arrêter de travailler. Le Dr Gangal a suggéré que j'essaie de prolonger mon congé maternité d'un mois. Je me suis dit que ça valait le coup d'essayer. À ma grande surprise, mon entreprise et mes chefs ont soutenu ma décision et m'ont laissée prendre un mois de congé supplémentaire. Et voilà ! Un mois d'allaitement de gagné pour Alisha :)

Et puis à 5 mois, je ne savais pas trop comment j'allais pouvoir continuer à l'allaiter. Le Dr Gangal a suggéré que je lise un livre intitulé *Hirkani's Daughters*. Ce livre a été une source d'inspiration pour moi, parce qu'il comporte de nombreux exemples de femmes ayant réussi à nourrir leur bébé, en dépit de jobs très prenants. Armée de ces connaissances, j'ai acheté un tire-lait électrique, et j'ai commencé à stimuler ma lactation pour l'augmenter et cela a été l'une des meilleures décisions que j'ai prises !

Lorsque j'ai repris le travail, c'est ma mère qui la gardait chez elle et qui lui donnait mon lait. Ce n'était pas facile du tout, je tirais mon lait le matin au bureau, et je lui donnais le sein toute la nuit. C'était dur physiquement. Combien de fois n'ai-je pas pensé à recourir à la solution de facilité en passant au biberon ? Mais chaque fois que je pensais que je me rappelais que je donnais mon lait à mon bébé, au lieu de lui donner du lait artificiel, cela me donnait la force de continuer. Je ne remercierai jamais assez mon mari, ma mère, mon père et le reste de ma famille de m'avoir encouragée et motivée pendant toute cette période. Le plaisir que j'éprouve quand je réconforte Alisha au sein et l'amour que je ressens quand elle me câline est indicible.

Beaucoup de mes amis me mettent la pression, me disant que donner le biberon c'est facile, que l'on peut organiser ses journées comme on le veut, qu'on peut sortir, voyager, etc. Je suis soulagée de l'allaiter encore puisque c'est beaucoup plus simple d'allaiter mon bébé plutôt que de faire chauffer du lait la nuit, stériliser des ustensiles etc. Voyager en allaitant son bébé, c'est vraiment pratique. Pas besoin d'emporter du matériel pour



Regina Jacob et son bébé, Alisha.

biberonner. Alisha a maintenant 16 mois et. Notre aventure d'allaitement se poursuit ! J'espère que nous pourrions continuer ce voyage jusqu'à ce qu'elle ait 2 ans ou qu'elle décide qu'elle ne veut plus des « doudoux de Mama ».

9. Le plus grand talent d'une mère !

Shubhada Chaukar, Inde

Ma fille a 15 ans, elle est au cœur de l'adolescence. Je suis heureuse qu'elle soit si proche de moi émotionnellement. À chaque fois qu'elle est contrariée ou fatiguée, elle va mieux dès que je lui fais un câlin. Elle me dit ce qu'elle ressent. Beaucoup de ses copines adolescentes ne sont pas si proches de leurs parents, parce qu'elles se considèrent (ces adolescentes) comme trop vieilles pour ça. Mais ma fille n'aime pas être à distance de moi émotionnellement parlant. Son QI (quotient intellectuel), son QE (quotien émotionnel) et QIS (quotient d'intelligence sociale), ainsi que ses résultats scolaires sont excellents. Ceci, je pense, grâce au fait que je l'ai allaitée jusqu'à l'âge de trois ans.



Shubhada Chaukar et sa fille de 15 ans.

Comment et pourquoi ai-je fait cela ? Rien que d'y penser me ramène à l'époque où je l'allaitais. Quand elle avait 3 ou 4 mois, j'ai été en contact avec le Dr Prashant Gangal l'équipe BPNI⁸ de Maharashtra. J'ai également traduit le manuel d'allaitement du BPNI d'anglais en Marathi.⁹ C'est à ce moment-là que j'ai appris quels étaient les bénéfices de l'allaitement pour la santé physique, émotionnelle et pour créer des liens avec son bébé. Ceci m'a déterminée à allaiter plus longtemps. Je lui ai donné mon lait pendant plus de trois ans, jusqu'à ce qu'elle rentre en maternelle.

Je m'étais renseignée sur l'allaitement pendant ma grossesse. Je l'ai allaitée complètement jusqu'à ses 5 mois, sans même lui donner la moindre goutte d'eau. Et puis j'ai pensé à la sevrer, puisque je reprenais le travail. J'étais journaliste et je travaillais énormément. Il aurait été très difficile de poursuivre l'allaitement une fois que j'aurais repris le travail. Mais j'ai eu la chance de profiter des conseils du Dr Prashant Gangal au bon moment. Il m'a suggéré d'en parler à ma direction et de demander à réduire mes heures. Au départ, j'ai rechigné, pensant que ce serait perçu comme une façon de profiter de ma maternité. Mais après en avoir parlé avec le Dr Gangal, j'étais convaincue qu'une telle demande était tout au bénéfice de mon bébé ! Cela m'a également rappelé la célèbre citation de John Kennedy : « Les enfants sont la ressource la plus précieuse au monde et son meilleur espoir pour l'avenir ». J'ai donc pris ma plume pour obtenir de ma direction la permission de travailler à mi-temps pendant encore 3 mois, pour pouvoir allaiter mon bébé. À ma grande surprise, j'en ai obtenu la permission facilement. La confiance que j'avais construite pendant presque neuf ans, depuis que j'avais commencé à travailler pour ce journal important, portait ses fruits ! J'ai donc pu travailler à mi-temps pendant encore 2 ou 3 mois, ce qui m'a permis de continuer à allaiter mon bébé au moins quatre fois par jour, jusqu'à ses 9 mois. Et même après avoir repris le travail à plein temps, je l'allaitais encore deux fois par jour. Puis les tétées du coucher ont duré jusqu'à ses trois ans. Le Dr Gangal m'a demandé d'envoyer le récit de cette réussite à La Leche League pour un projet de livre international. À ma grande surprise, il a été publié dans *Hirkani's Daughters*. Ce livre est une compilation de récits inspirants écrits par des mères tout autour du monde et qui ont poursuivi l'allaitement alors qu'elles avaient repris le travail.

Maintenant, je suis une maman fière de sa fille dont les seize ans approchent, Sweet 16. Je pense le plus grand cadeau qu'une mère allaitante puisse se faire à elle-même, à son bébé et à la Terre, c'est l'allaitement !

10. Allaiter mes triplées exclusivement six mois et au-delà

Alyssa Sheedlo, États-Unis

Peu de temps après avoir célébré le miracle d'avoir trois bébés grandissant en moi, j'ai commencé à cogiter sur la logistique à mettre en place en ayant des triplés. Comment allais-je tenir trois bébés ? De combien de couches aurions-nous besoin ? Comment ferions-nous rentrer trois berceaux dans une chambre ? Ou trois

8. Breastfeeding Promotion Network of India

9. Le marathi est une langue de l'Inde, parlée surtout dans l'État du Maharashtra

sièges-auto dans notre voiture ? Et comment allais-je faire pour nourrir trois nourrissons ? En tant que diététicienne du WIC,¹⁰ j'étais très bien informée sur les bénéfices de l'allaitement, et je voulais faire tout mon possible pour que l'allaitement fonctionne pour mes bébés. Pour commencer, je me suis fixé un objectif facile et me suis mis dans l'idée que nous allions essayer de voir comment ça allait se passer, mais en évitant de me mettre trop la pression en voulant les allaiter exclusivement. Je ne savais pas s'ils seraient de grands prématurés, le médecin m'ayant avertie de cette éventualité, ou s'ils seraient capables de prendre le sein tout de suite. En tous cas quand le moment de leur naissance est venu à presque 36 semaines, je me suis dit que nous allions essayer.



Les triplées à leur naissance.

Le 24 juillet 2014, Dieu nous a comblés de trois petites filles en parfaite santé, qui n'avaient pas le moindre problème médical ou quelque défaut que ce soit. J'ai commencé nos premières tétées dès que j'ai pu en salle de réveil après ma césarienne, plaçant chacun de mes minuscules bébés sur ma poitrine, et à ma grande surprise, elles ont chacune pris le sein sans aucune difficulté ! Pendant notre séjour de quatre jours à l'hôpital, nous n'avons pour ainsi dire pas rencontré de problèmes. J'ai commencé à tirer du lait après les tétées de façon à augmenter ma lactation. Un autre de mes objectifs était d'éviter les biberons le premier mois, au moins. Malgré le fait que j'avais bien précisé, à toutes les infirmières et autres membres de l'équipe que j'ai rencontrés avant la naissance, que je ne voulais pas que mes bébés prennent le biberon, ils n'ont pas écouté ma demande et ont donné à chacun de mes bébés un biberon de 30 ml pendant qu'ils les transféraient vers ma chambre. J'étais très contrariée et en colère qu'ils n'aient pas su écouter ma demande, alors que c'est moi qui suis leur mère ! J'avais peur qu'elles ne veuillent plus reprendre le sein. Heureusement, dès qu'elles sont arrivées dans ma chambre, nous avons repris les tétées. De plus, j'ai continué à tirer mon lait, en vue de leur donner des compléments. Là encore, je ne voulais pas leur donner de biberons, mais les infirmières et les médecins m'ont mis la pression jusqu'à ce que je cède à contrecœur et que je leur donne la permission de donner à mes bébés des biberons de lait que j'avais tiré et une petite quantité de lait artificiel en dépit d'un transfert de lait satisfaisant, d'une prise de poids adéquate et de mises au sein fréquentes.

Lorsque je suis rentrée chez moi avec mes bébés le 5^e jour, j'ai contacté une spécialiste en lactation pour qu'elle m'aide à évaluer si mes bébés prenaient bien. Elle a apporté une balance, pour les peser avant et après les tétées et elle a évalué leur prise du sein, ainsi que le transfert de lait et m'a aidée à comprendre que mes bébés étaient tout le lait dont elles avaient besoin et qu'il n'était pas nécessaire de les compléter à ce moment-là. J'ai pu louer un tire-lait électrique hospitalier en passant par ma mutuelle pour pouvoir faire des stocks de lait en vue de ma reprise du travail, mais tant que j'étais en congé maternité avec elles à la maison, j'ai continué à les allaiter exclusivement. Je les allaitais à la demande, mais le fait d'avoir 3 bébés impliquait que lorsque l'un des bébés voulait téter, je proposais aussi à l'une ou l'autre de téter en même temps. Les petites ont dormi ensemble dans notre chambre, dans un berceau, pendant les deux premières semaines, ensuite deux d'entre elles sont passées dans des berceaux de co-dodo de chaque côté de notre lit et la troisième est restée dans le berceau, toujours dans notre chambre. Mon mari (ou les membres de la famille qui sont venus dormir à la maison pendant les premières



Les triplées à l'âge d'un an.

semaines) changeaient leurs couches et m'apportaient les bébés pour la tétée. Nous faisons tourner ce que nous appelions mon mari et moi « la roue qui grince ». Je donnais le sein au bébé qui semblait avoir le plus faim et j'allaitais le bébé n°2 en même temps. Quand les bébés n°1 et n°2 avaient fini de prendre chacune un sein, le bébé n°3 prenait les deux seins la plupart du temps, mais elle pouvait être satisfaite avec juste un sein. C'était une sorte de planification des tétées qui s'est fait toute seule lors de mon congé maternité lors des 10 premières semaines.

10. Women Infant and Children

Au bout de 8 semaines, mon employeur m'a permis de revenir travailler à mi-temps et de revenir en douceur vers mon plein-temps jusqu'à ce que mon congé de 12 semaines se termine. En travaillant pour le WIC, j'ai pu bénéficier de beaucoup de soutien de la part de mes supérieurs qui m'ont donné de l'espace et du temps pour tirer mon lait pour mes bébés pendant que j'étais au travail. J'avais la chance d'être entourée de mamans-relais de notre Programme relais allaitement et ma supérieure était aussi consultante en lactation IBCLC, ce qui me permettait d'obtenir des réponses satisfaisantes à mes questions et ainsi lever toute peur en ce qui concernait le fait de tirer ou produire suffisamment de lait pour mes bébés. Au travail, on ne me demandait jamais de combien de temps j'aurais besoin ni pendant combien de mois je comptais faire des pauses pour tirer mon lait. En fait, notre organisation a même modifié son règlement afin de permettre aux mères de tirer leur lait pendant leur temps de travail et d'être payées pendant ce temps quel que soit le laps de temps nécessaire. Bien-sûr, je prenais mes pauses pendant le temps imparti et j'avais une routine me permettant de m'installer rapidement pour tirer mon lait et j'avais aussi un deuxième jeu de tétérilles pour éviter de trop perturber mon rythme de travail. Je continuais à utiliser mon tire-lait hospitalier en suivant le rythme habituel de leurs tétées et je les mettais au sein quand j'étais à la maison avec elles. Nous avons été surpris de l'étendue de mon succès. J'ai pu produire plus de lait qu'il n'en fallait en tirant mon lait tout en conservant un bon stock en cas de besoin. À un moment, je me suis retrouvée avec un excédent d'au moins 30 litres de lait congelé. Du coup, j'ai commencé à en donner tous les deux mois à une amie qui venait d'adopter un bébé qui n'avait jamais été allaité.

À 6 mois, j'ai commencé à les diversifier, et ça s'est passé comme sur des roulettes. Elles ont vite progressé et ont appris à manger toutes seules des fruits, des légumes, des céréales complètes et de la viande tout en continuant à téter et sans prendre aucun complément. Maintenant nous y voilà, elles viennent d'avoir un an et en dehors de quelques biberons (indésirables) de lait artificiel à l'hôpital, nos minuscules bébés sont devenues des bambins dodus en pleine forme, grâce à la meilleure nutrition qui soit : le lait maternel.

Je chéris les moments où j'allait mes bébés et j'adore le lien que j'ai tissé avec chacune d'entre elles. J'ai récemment fait une formation pour devenir aussi conseillère en lactation certifiée et je suis heureuse de pouvoir mieux aider les clientes et les amies que je rencontre et qui allaitent leurs bébés.

Alyssa Sheedlo vit dans la banlieue de Chicago, Illinois, États-Unis. Cela fait 6 ans 1/2 qu'elle est mariée à Jacob, et 2 ans 1/2 qu'elle travaille pour le WIC (un programme de nutrition à l'intention des femmes des bébés et des enfants qui promeut une alimentation saine pendant la grossesse et dans le postpartum, ainsi que pour les enfants jusqu'à l'âge de 5 ans et aussi l'allaitement).

Email : alyssa.sheedlo@gmail.com

11. Donner la vie et allaiter après un cancer du sein

Maria Carrasquilla, Mexique

Être enceinte à 44 ans après un cancer du sein est la plus belle chose qui me soit arrivée. Voir une cellule pleine de vie se développer dans mon corps après des cellules cancéreuses anormales, m'a permis de retrouver la foi de multiples façons. C'était aussi à ce moment-là que j'ai commencé à m'inquiéter sur la façon dont j'allais allaiter mon fils.

Je n'ai jamais été fanatique de l'allaitement. J'ai un fils plus âgé que j'ai allaité quatre mois et ma fille que j'ai allaitée 7 mois. Dans les deux cas j'ai allaité en mixte, me servant de lait artificiel. Je n'ai pas aimé allaiter, je le faisais uniquement parce que je considérais que c'était mon devoir. Je n'ai jamais recherché d'informations ni approfondi cette pratique, je n'y trouvais aucun plaisir. De plus les pédiatres que je voyais ne m'y encourageaient pas. Il y en a même un qui m'a dit, alors que je lui demandais combien de temps je devrais allaiter ma fille, que ça dépendait de jusqu'où je voulais que mes seins tombent...



*Maria Carrasquilla Ospina
et son fils Eliam Santiago.*

J'avais entendu parler de La Leche League (LLL) mais je pensais que c'était un groupe de femmes trop à fond dans leur maternité. J'ai toujours été une féministe, forte, indépendante, qui adorait travailler et qui voyait le fait d'élever les enfants comme une servitude de plus imposée par une société patriarcale. Mais la vie est une grande Enseignante et elle nous met là où nous en avons besoin pour apprendre ce dont nous avons besoin. Il est vrai que j'avais beaucoup à apprendre sur l'allaitement, sur mon corps et sur sa valeur, sur le fait d'être femme et de vivre à cette époque-ci. Si j'étais déjà quasiment diplômée en tant que mère, par contre en matière d'allaitement, je me voyais comme une étudiante, comme une primipare.

Le soutien que j'ai reçu de LLL est inestimable. Quand je les ai approchées, inquiète de peut-être ne pas pouvoir allaiter mon bébé avec un seul sein, elles m'ont montré que c'était possible avec patience et amour. Aujourd'hui, mon fils, Eliam Santiago et moi-même en sommes à 15 mois d'allaitement sans avoir utilisé de lait artificiel, ou presque ! Pendant une courte période j'ai eu recours à l'allaitement mixte entre le deuxième et le troisième mois, mais nous avons réussi à la surmonter, grâce aux animatrices LLL. Nous allons poursuivre l'allaitement, avec un désir de sevrage naturel. Les oncologues aimeraient pourtant me voir arrêter l'allaitement parce mon fils est « grand ». Pourtant, j'espère l'allaiter aussi longtemps qu'il en aura besoin. J'espère que mon seul et unique sein continuera à se remplir de miel, de magie et de vie.

Ce que j'ai appris va bien au-delà de l'allaitement. J'ai trouvé une nouvelle signification au fait d'être mère. J'ai mis les idées reçues au panier et je suis plus forte en tant que femme. En fin de compte, le cancer qui m'a pris un sein m'a offert une meilleure perception et une nouvelle compréhension de ce désir de vie qui m'accompagne toujours et les obstacles auxquels je dois faire face. Il ne me reste plus qu'à adresser mes remerciements les plus sincères aux femmes comme Angélica et Alejandra sans le soutien desquelles rien de tout cela n'aurait été possible.

María Carrasquilla Ospina a partagé son expérience avec Angélica Torres animatrice LLL au Mexique.

12. Le Voyage Improbable

Georgina Van Wingham, Royaume Uni

Première tétée, tu es née il y a dix minutes,
 Commence alors une histoire à la seconde.
 Cheveux mêlés, peau ridée.
 Unies jusqu'à la coupure du cordon.
 Déjà cinq jours ! Enflée. Brûlante.
 Toi et moi – nous apprenons !
 Jours de larmes, longues nuits,
 Mais au fond du tunnel, la lumière.
 Tu as six semaines, tu prends des forces.
 Où donc est mon lait pour ta faim ?
 Au sein tu es heureuse ;
 Tu as assez de lait, couches jaunes !
 Trois mois ont passé comme un rêve.
 Le temps nous échappe tandis que tu grandis.
 Duvet de cheveux, soie de la peau ;
 Poignets nerveux, addiction lactée.
 Voilà déjà six mois que tu es là ;
 Tu as bu mon lait, tu as prospéré et fleuri.
 Tu tentes d'attraper à manger dans mon assiette,
 Te salissant toi-même et le sol !
 Mais comment cela a-t-il pu arriver ? Ça fait un an déjà !
 « Mais elle va l'allaiter jusqu'à cinq ans ! » Cri général.
 Tu te trémousses, les doigts dans le nez ;
 « Du calme » dis-je, on verra bien.
 Dix-huit mois maintenant, toujours là.
 Je n'aurais jamais cru.

La vie ne suit jamais le plan
Que nous avons prévu !
Notre voyage probable continue...

Georgina est âgée 28 ans et elle vit avec son mari et leurs deux enfants à Durham, au Nord de l'Angleterre. Son vœu le plus cher est de normaliser un allaitement qui aille jusqu'au sevrage naturel dans une région où les taux d'allaitement sont parmi les plus bas dans le Royaume-Uni. Elle écrit souvent sur l'allaitement sur son blog : kohl mama.com.
Email: georgina.thomson16@gmail.com

Note de la Rédaction : Si vous avez allaité ou si vous allaitez toujours votre bébé, ou encore si vous connaissez une mère qui allaite, merci de partager votre/son expérience.

SOUTIEN AUX PÈRES

Si vous êtes un père qui soutient l'allaitement, ou que vous connaissez quelqu'un qui travaille avec un groupe de soutien aux pères, merci de nous proposer votre histoire.

13. Cinq façons dont les pères peuvent soutenir les mères dans leur allaitement. Le point de vue d'un papa Danny Pitt Stoller, États-Unis

Quand je lis des articles et des récits d'allaitement, je tombe souvent sur ce commentaire, « que l'allaitement laisserait moins de place au père ». Après tout, si seule la mère peut nourrir le bébé, comment le père aura-t-il la possibilité de tisser des liens avec son enfant ? Ce commentaire me surprend toujours parce qu'il ne correspond pas du tout à mon expérience. J'ai deux fils, qui ont tous deux été allaités. Ils ont subsisté en ne buvant que du lait maternel les six ou sept premiers mois de leur vie, et ont continué à prendre le sein pendant un temps certain après l'introduction des solides. Mais à aucun moment ne me suis-je senti exclu, ou ai-je pensé que j'avais un rôle moins important ou subalterne dans la vie de mes enfants.

Évidemment je ne suis pas un père parfait, mais je pense que j'ai réussi à trouver des façons de continuer à m'impliquer pendant la période où mes enfants étaient allaités. En voici cinq. (À noter que même si je tire de mes expériences en tant que père, les points suivants s'appliquent à tous les partenaires quel que soit leur sexe ou leur identité sexuelle.)

1. Forger des liens avec son bébé

Quand j'étais à la maison avec mon premier bébé (j'avais pris un congé pendant les premières semaines), je le tenais quasiment tout le temps dans mes bras. Je le portais dans un porte-bébé, le tenant tout contre moi, pendant que j'accomplissais des tâches ménagères dans la maison, ou que je le berçais pour l'endormir, ou que je faisais la sieste avec lui dormant sur ma poitrine.

Pendant cette période, le bébé était exclusivement allaité, donc je n'avais aucun rôle dans son alimentation. Quoi qu'il en soit, la proximité physique et les liens étaient constants entre nous. Je le passais à sa maman pour téter dès qu'il avait faim. Même s'il tétait quasi constamment au tout début, le moment où les tétées se sont espacées de deux heures est arrivé bien vite, ce qui lui donna du temps, plus qu'il n'en faut, pour jouer avec son papa.



Il y avait des phases pendant lesquelles le bébé était très agité le soir. Il pleurait au sein et s'énervait tellement qu'il ne pouvait plus téter. Mais le fait de le bercer et de le promener le calmait, ce qui lui permettait de téter à nouveau.

Quand il est devenu plus grand, nous avons mis au point un nouveau rituel pour le coucher avec papa et maman. Je marchais avec lui dans le porte-bébé pour le préparer à s'endormir (j'ai une façon de marcher tout à moi qui rend les bébés somnolents) et au bout d'un moment il marmonnait :

« lait de Maman » ou simplement « Mama » et je le posais sur le lit pour qu'il tète.

2. S'occuper de Maman (et de la maison)

En plus de forger des liens avec votre bébé, vous pouvez soutenir l'allaitement en aidant Maman et en vous assurant que ses besoins sont comblés. Les mères qui allaitent peuvent avoir très faim et très soif. Vous savez bien que les femmes enceintes disent souvent qu'elles « mangent pour deux ». Eh bien, les mères allaitantes, c'est pareil ! Quand la mère et son bébé sont confortablement installés sur le canapé ou dans un fauteuil, c'est vraiment très gênant si Maman doit se lever et se préparer un repas. Le fait de lui amener fréquemment à boire et à manger est une manière essentielle de vous assurer que vous aidez l'allaitement.

Dans le même genre, il y a des milliers de choses que vous pouvez faire dans la maison, et idéalement, la jeune mère ne devrait même pas avoir à y penser. Si vous êtes un papa qui fait cinquante pour cent du ménage, vous pensez probablement que c'est déjà pas mal. Mais dans ce cas, cinquante pour cent ne suffiront pas ! Quand le bébé tète, c'est un moment idéal pour que vous ramassiez tout ce qu'il y a par terre, laviez le linge, fassiez la vaisselle. Allez au supermarché et ramenez des couches et à manger, enfin tout ce qu'il faut. Faire les courses et les travaux ménagers pourrait paraître trivial, mais ça ne l'est pas. Vous occuper de ces choses est ce qui permet à la mère de faire ce qu'elle fait.

3. Défendre la maman à la maison

Dans les toutes premières semaines ou les tout premiers mois, vous allez peut-être avoir beaucoup de visiteurs chez vous. Des amis et de la famille veulent voir le bébé ! C'est très bien, mais rappelez-vous que la mère se remet d'un événement majeur, la naissance, et qu'elle s'adapte à sa nouvelle vie de maman. Elle n'a probablement aucune envie de jouer l'hôtesse parfaite, et elle n'a peut-être même pas envie de recevoir qui que ce soit ! Même les membres de la famille qui viennent pour aider, ne seront probablement aussi utiles qu'ils l'imaginent. Je ne dis pas pour autant que vous devriez rejeter toute forme d'aide, mais que vous devez vous assurer que votre partenaire est bien d'accord avant que vous n'invitiez toute la tribu à venir passer l'après-midi à la maison. Il faut que vous sachiez dire non si elle est submergée. Écoutez-la, protégez son intimité et respectez son besoin d'un espace calme.



Et puis l'allaitement est un sujet brûlant et comme nous le savons tous, tout le monde a une opinion sur ce sujet. Vos père, mère, sœur, frère, la meilleure amie de votre femme et ainsi de suite... Ils vont tous probablement vous dire ce qu'ils en pensent (sur combien de temps il faudrait allaiter, à quelle fréquence, quand et où le faire, etc., etc.). C'est très bien, mais ne laissez pas la famille élargie interférer avec la prise de décision de VOTRE famille. Ne laissez jamais qui que ce soit faire pression sur la jeune mère, lui faire honte, la juger ou la rudoyer pour la forcer à faire quelque choix de maternage que ce soit. Défendez-la. Quand elle est trop fatiguée ou trop émue pour se défendre, vous devez être celui qui sait ce qu'elle veut et qui peut prendre la parole pour elle..

4. Défendre la maman en public

Allaiter en public. Encore un sujet brûlant, et là encore, tout le monde a une opinion. Il faut savoir cependant, qu'à certaines phases (par exemple, les pics de croissance) les bébés tètent quasiment tout le temps. Donc si une mère sort de chez elle, il est certain que son bébé aura besoin de téter (eh non, les bébés n'acceptent pas tous le biberon). La mère a le droit d'allaiter son bébé où elle veut et dans les conditions qui lui paraissent les plus confortables, cachée ou pas, en fonction de ses préférences et de celles de son bébé.

Donc quel est le rôle de son partenaire ici ? Là encore, défendre la maman. Si elle allaite son bébé en public, il y a des chances que quelqu'un vienne l'importuner, voire la harceler (cela arrive malheureusement beaucoup trop souvent). La mère dans cette situation pourra se sentir vulnérable ou même gênée, et c'est votre job de la défendre. Dites haut et fort qu'elle en a le droit, et que l'importuner est une forme de harcèlement. (J'espère qu'il est clair que je ne dis pas que vous devriez parler pour elle, alors qu'elle pourrait parfaitement le faire elle-même. Mais il y aura sûrement des moments où elle voudra que ce soit vous qui parliez pour elle.)



Il y aura aussi des moments où elle voudra être extrêmement discrète (par exemple si elle se sent observée). Vous pourrez créer un mur de protection en vous asseyant juste à côté d'elle. (Je n'ai pas dit pour autant qu'elle devait être discrète, mais dans certains cas, elle en aura envie.)

5. Soutenir la relation d'allaitement

Donc résumons : vous être son défenseur au sein de votre famille, dans votre cercle d'amis et même dans le public au milieu d'inconnus. Et maintenant voilà le point délicat. Vous vous devez d'être à la fois son plus grand défenseur et son plus grand supporter, même quand il n'y a personne d'autre. Vous pouvez soutenir ce qu'elle fait en ayant une attitude positive, saine, encourageante pour tout ce qui touche à l'allaitement.



J'ai parlé de la façon dont certaines personnes connues ou inconnues rudoient parfois les mamans, ou leur font honte en public. Malheureusement, ce sont parfois leurs partenaires qui les malmènent et qui les jugent. Tous les papas ne soutiennent pas l'allaitement. Et cela peut s'avérer être un véritable obstacle à son bon déroulement. Si le père se gratte la gorge d'un air désapprobateur, qu'il fait la gueule, ou qu'il se barre à chaque fois que la mère met son bébé au sein, comment se sentira-t-elle ? Comment peut-elle être certaine qu'il va lui donner tout le soutien moral dont elle aura besoin pour relever les défis qui ne manqueront pas de survenir ?

Il y a des pères qui se sentent menacés par l'allaitement. Le père pourra avoir le sentiment qu'il s'est fait remplacer par le bébé, qu'il n'y a plus de câlins pour lui, que le corps de sa partenaire, en particulier ses seins, ne sont plus une source d'excitation sexuelle, mais autre chose...

Il est vrai que les choses changent, au moins pendant une certaine période. Après avoir allaité toute la nuit et tout le jour, il y a des chances de que la maman aux yeux hagards n'ait pas la moindre envie d'être touchée. Mais n'ayez pas peur. Rappelez-vous que c'est votre enfant qui reçoit tout cet amour, cette attention et cette nourriture. Soyez rassuré et heureux que votre précieux enfant reçoive ce qu'il y a de mieux.

Et puis vous n'êtes pas vraiment remplacé. C'est une chance pour vous de devenir à la fois un merveilleux mari et un merveilleux père. Si vous le devenez, vous serez plus important à ses yeux que jamais. Et pour ce qui est des câlins entre vous et votre partenaire, ne vous inquiétez pas, ils reviendront aussi. Si vous vous concentrez sur le fait d'être son partenaire et son indéfectible défenseur, votre relation (y compris son aspect romantique) va probablement s'approfondir et s'épanouir.

* * * * *

Comme je l'ai dit, je suis loin d'être parfait. (Je pourrais sans aucun doute bénéficier de mes propres conseils en matière de ménage !) Un père ou une mère parfaite, ça n'existe pas. Mais je suis fier des différentes manières dont j'ai participé aux soins de mes enfants, y compris en soutenant l'allaitement.

L'une des choses qui m'a aidé le plus, c'est d'avoir un modèle. Mon père m'a montré à quel point un père tendre et nourricier peut être merveilleux. Ce qui me rend le plus fier, c'est de savoir que je vais transmettre cela à mes fils. Élever des garçons avec des attitudes saines en qui concerne l'amour, l'éducation, les hommes et les femmes. Et comment nous pouvons tous, en tant que famille, nous soutenir les uns les autres.

Danny Pitt Stoller enseigne l'anglais et le théâtre dans un lycée public de New York City. Sa femme, Wendy Wisner, est consultante en lactation et elle écrit souvent sur l'allaitement et le maternage. Ils vivent à New York avec leurs deux fils. Contactez Danny sur Twitter (@danny_anno).

Note de l'éditrice : L'article ci-dessus a été publié à l'adresse suivante : <http://www.thebadassbreastfeeder.com/5-ways-partners-can-support-breastfeeding-moms-a-dads-perspective/>
 Nous le publions et le traduisons ici avec la permission de l'auteur.

14. Ne laissez pas les labos de lait artificiel prendre l'avantage sur l'allaitement Ernest Prakasa, Indonésie

Prenez une moitié de type rigolo et une moitié de père dévoué qui sait ce qu'il y a de mieux pour la santé des nourrissons, et vous avez Ernest Prakasa, le tout premier comique indonésien à faire des tournées dans tout le pays. En avril 2011, Ernesto et sept de ses amis ont fondé Ayah ASI, l'Initiative Indonésienne des Pères pour l'Allaitement,¹¹ dans l'objectif de lutter courageusement contre les corporations qui imposent aux consommateurs des laits artificiels et qui violent les réglementations en ce qui concerne les ingrédients.

Ernest et Ayah ASI apprennent aux parents que l'allaitement est non seulement meilleur du point de vue nutritionnel, mais qu'il permet aussi de tisser des liens importants avec leur bébé. Ils ont aussi publié un livre *Catatan Ayah Asi*, qui a été édité pour la troisième fois. Regardez l'excellente vidéo à la fois sérieuse et amusante d'Ernest sur YouTube qui date de juin 2013 et qui est intitulée :

No formulaic stand on Breastfeeding à l'adresse suivante : <https://www.youtube.com/watch?v=qioqB7IKRlI&feature=youtu.be>

15. N'oubliez pas les pères ! Peggy O'Mara, États-Unis

Les hommes ne reçoivent pas assez d'attention pendant la grossesse, ni pendant les tout premiers mois de vie du bébé. On attend qu'ils soient un pilier pour leurs paternelles, et pourtant les nouveaux pères vivent eux aussi, en fait, une expérience unique et exigeante.

L'anthropologue Edward B. Tylor a utilisé le terme *couvade* pour décrire des rituels transculturels dans lesquels les hommes « jouent » en quelque sorte la grossesse de leur femme. En Papouasie Nouvelle Guinée, par exemple, les pères construisent une hutte à l'extérieur du village et imitent les douleurs du travail jusqu'à ce que le bébé soit né. De nos jours, les pères ont eux aussi des symptômes de grossesse : prise de poids, bouleversements hormonaux, sommeil perturbé et parfois même nausées.

Une étude de 2006 a montré que les pères reçoivent parfois des injonctions contradictoires pendant la grossesse. Alors que la participation du père à la grossesse et à la naissance est encouragée, le père a souvent l'impression de déranger. Il peut aussi se sentir mis à l'écart lors des cours de préparation à la naissance qui semblent ne s'intéresser qu'au vécu de la mère, alors qu'il bénéficierait grandement d'une préparation à la naissance et à la parentalité mieux adaptée aux pères. Le fait que la mère ait un avantage (physiologique) vis-à-vis du nouveau-né, bien que cela soit naturel et normal, peut être une source de stress pour le père ; et même s'il soutient l'allaitement, il est possible qu'il se sente inférieur.

D'après une étude australienne de 2012, les pères vivent aussi la dépression postpartum, et même à taux légèrement plus élevé que les mères. Les pères âgés de moins de 30 ans sont encore plus exposés, avec un risque de 40% de plus de dépression postpartum que les autres pères.

Donc, arrêtons de traiter les pères avec condescendance et donnons-leur notre soutien. Nous avons tellement besoin du leur.

 11. Indonesian Breastfeeding Father's Initiative

 Cet article a été publié le 15 juin 2015 par Peggy O'Mara sur son site dans la section family – health – justice à cette adresse : <http://www.peggyomara.com/2015/06/15/father-in-his-own-right/>

16. Définir mon rôle en tant que père d'un bébé allaité

André Vitor Sica de Moraes, France



J'ai 30 ans et je suis le père de Sandro, un bébé intense et plein de vie qui a maintenant 14 mois. Même si, depuis longtemps, je souhaitais avoir un enfant, nous n'avions jamais précisément discuté avec ma femme d'accouchement ou d'allaitement. Par contre, nous avons été nourri de belles expériences à travers ma famille brésilienne, et notamment via ma soeur qui élève ses filles d'une belle manière et qui semblait logique à nos yeux : accouchement naturel, allaitement à la demande, respect et écoute des enfants.

Lorsque ma femme est tombée enceinte, nous avons alors réfléchi ensemble à ce que nous souhaitions comme projet d'accouchement et premiers mois du bébé. Nous avons été suivi par une sage-femme formidable qui nous a conforté dans nos choix. J'ai également pu participer à des séances de discussion entre futurs pères dans notre maternité à Paris. Je recommande vivement ces groupes de discussions car, entre hommes, les paroles se libèrent plus facilement. Les futurs papas étaient souvent préoccupés par l'allaitement et par la difficulté que cela pourrait occasionner dans leur rôle de pères : comment créer un lien avec son enfant si le bébé passe autant de temps avec sa mère ?

Dès sa naissance, Sandro a appris à téter comme un roi, nous avons écouté tellement d'histoires d'allaitement difficiles que nous nous étions préparé au pire, mais finalement tout s'est passé très naturellement. J'ai senti alors une envie folle de passer du temps avec mon enfant, de créer un lien avec lui. Je me suis rappelé des paroles de notre sage-femme qui nous disait : « un bébé a besoin de manger, de bien dormir et du contact de ses parents ». Je me suis attelé à lui donner ce dont il avait besoin pour créer ce lien. Je cuisinais ou donnais des tisanes à ma femme pendant qu'elle allaitait. Nous avons essayé plusieurs formats de portage et c'était un régal de le porter dans l'écharpe ou le sling ! Nous avons suivi des cours de massage pour les bébés, et tous les soirs je lui faisais un massage, c'était un moment à nous, très particulier et très beau. Je lui ai très souvent donné le bain dès le début, dans la baignoire shantala. Tous ces moments ont forgé des liens indélébiles. Côté sommeil, nous avons tout simplement acheté un lit plus grand et fait du cododo. Même si Lisa l'endormait en allaitant, il dormait avec nous et le lien était toujours là. C'est tellement plus agréable que se réveiller la nuit pour préparer le biberon !

Aujourd'hui Sandro a 14 mois et il est toujours allaité. La leçon de ces 14 mois est pour moi très claire : l'allaitement n'est pas un facteur qui modifie le lien entre les pères et leurs enfants. Les raisons sont ailleurs : les pères doivent apprendre à donner de leur temps, à réfléchir sur les pères qu'ils souhaitent être, et ce qu'ils laisseront à leurs enfants. C'est pour moi notre meilleure manière d'accepter notre impermanence face à la vie et laisser un peu de soi dans ce monde.

André, 30 ans, Franco-Brésilien, vit à Montpellier dans le Sud de la France. Sa femme, Lisa, participe activement aux réunions de La Leche League à Montpellier, et sa sœur est une ancienne animatrice de La Leche League au Brésil.

Note de l'éditrice : L'article ci-dessus a été transmis à Herrade Hemmerdinger, animatrice LLL à Montpellier.

L'Initiative Mondiale pour le Soutien aux Pères (GIFS) a été lancée au Forum Mondial II, à Arusha, en Tanzanie, en 2002, pour soutenir les pères de bébés allaités.

En octobre 2006, à Penang en Malaise, la Men's Initiative de WABA voyait le jour. Pour découvrir comment vous pouvez agir, contactez le Coordinateur du Men's Working Group (MWG, Groupe de Travail des Hommes) James Achanyi- Fontem <camlink2001@yahoo.com> ou bien les Responsables Régionaux :

| | | |
|----------------------------|--------------------------|-------------------------------|
| Europe | Per Gunnar Engblom | pergunnar.engblom@vipappor.se |
| Afrique | Ray Maseko | maseko@realnet.co.sz |
| Asie du Sud | Qamar Naseem | bveins@hotmail.com |
| Amérique latine et Caraïbe | Arturo Arteaga Villaroel | arturoa36@hotmail.com |

Pour plus d'informations sur la Men's Initiative de WABA, consulter:

<http://www.waba.org.my/whatwedo/mensinitiative/index.htm>

<https://www.facebook.com/WabaMensInitiativePage>



DÉFENSEURS DE L'ALLAITEMENT : du passé et du présent

De nombreux individus à travers le monde travaillent fidèlement et avec dévouement pour soutenir les mères dans leurs expériences d'allaitement. Nous souhaitons rendre hommage à de NOMBREUX défenseurs de l'allaitement du passé et du présent. Merci de nous envoyer quelques lignes (75 mots ou moins) sur la personne que vous voudriez voir reconnue pour son action de soutien, de protection et de promotion de l'allaitement. Des articles plus longs sont également bienvenus.

Dans cette édition nous aimerions honorer TOUTES LES MÈRES ALLAITANTES QUI TRAVAILLENT CHEZ ELLES COMME À L'EXTÉRIEUR, que se soit dans les secteurs formels ou informels. Les récits de quelques unes de ces nombreuses mères sont dans la section intitulée *DES MÈRES ALLAITANTES PARTAGENT LEURS EXPÉRIENCES*, plus haut.

17. Peggy O'Mara, Editor and Author Supporting Breastfeeding



Peggy O'Mara a été rédactrice en chef et éditrice de *Mothering Magazine* de 1980 à 2011. En 1995, elle a fondé *mothering.com* et en a été l'éditrice en chef jusqu'en 2012. Parmi les livres de Peggy, on peut citer *Natural Family Living*, *Having a Baby Naturally*, et *A Quiet Place*. Elle a fait des conférences à l'Omega Institute, Esalen, Bioneers et à La Leche League International.

Elle est la lauréate de nombreuses récompenses des organisations suivantes : *La Leche League International 2001 Alumnae Association Award*, *International Peace Prayer Day 2002 Woman of Peace Award*, *National Vaccine Information Center 2009*

Courage in Journalism Award, *Holistic Moms Network 2013 Lifetime Achievement Award*, et de cinq *Maggie Awards* décernées par la *Western Publishing Association* pour son travail journalistique de service public.

Peggy fait partie des conseils consultatifs des organisations suivantes : *Attachment Parenting International*, *Best for Babes*, *Holistic Moms Network*, *Infant Massage USA*, *Intact America* et aussi *Oak Meadow*. Elle a quatre enfants qui sont maintenant adultes et deux petits-enfants. Peggy vit depuis 30 ans à Santa Fe, Nouveau Mexique, États-Unis.

<http://www.peggyomara.com/about-me/>

Note de l'éditrice : Dans le volume 14, édition n° 1, c'est à dire le prochain numéro, du Bulletin des GSM, nous aurons l'honneur de publier un article, écrit par Peggy, sur ses propres expériences d'allaitement et sur son travail de promotion et de soutien de l'allaitement.

Note de la Rédaction : Nous aimerions rendre hommage à tous ceux qui s'impliquent indirectement dans le soutien à l'allaitement, à travers leur soutien à ses défenseurs ! Merci !

DES NOUVELLES DU MONDE DE L'ALLAITEMENT

18. Trois cents mères allaitent pour le lancement d'une vidéo pour sensibiliser à l'allaitement

En conjonction avec avec le Mois mondial de l'allaitement d'août 2015, le Réseau des défenseurs de l'allaitement (TBAN)¹² a dévoilé la toute première Vidéo amie des bébés pour sensibiliser à l'allaitement à l'occasion du *Gift of Love Charity Event* organisé par TBAN à Subang Parade, Kuala Lumpur, Malaisie. Cette vidéo a été dévoilée après une Grande Tétée organisée par TBAN dans laquelle 300 mères se sont rassemblées pour allaiter ensemble leurs bébés dans l'objectif de soutenir symboliquement la normalisation de l'allaitement dans la société malaisienne.

La cérémonie a été lancée par Hannah Yeoh, députée de Subang Jaya et Datuk⁵ Dr Anwar Fazal président émérite de WABA et quatre administratrices de TBAN, Gina Yong, Ashley Ho, Daphne Lee et Felicia Suah. Le *Gift of Love Charity Bazaar* est un évènement qui a duré deux jours et dont l'objectif était de lever des fonds pour la production de la *Vidéo amie des bébés*, et d'autres activités de promotion de l'allaitement pour la communauté malaisienne. L'objectif de cette vidéo est de faire prendre conscience que tous ceux qui gravitent autour de la mère allaitante peuvent, à leur manière, facilement la soutenir et que cela viendra faciliter son parcours d'allaitement. La vidéo invite les membres du public à réfléchir aux multiples façons dont ils peuvent soutenir les mères allaitantes.

Ce projet bénévole a été piloté par Ayuni Zainuddin en 2013, après qu'elle eut représenté la Malaisie à la Conférence Mondiale sur l'Allaitement¹³ à New Delhi en Inde. Ce qui l'a inspirée et motivée pour monter ce projet, c'était l'envie de remercier la communauté. Elle a réussi à convaincre les administratrices de TBAN, des mères qui ont allaité, et d'autres qui allaitent encore, de s'investir. Elles se sont toutes retrouvées sur la page de TBAN, un groupe facebook pour le soutien aux mères allaitantes. Des amitiés se sont nouées et quelques projets bénévoles autour de l'allaitement ont vu le jour, comme par exemple le KLCC Flash Mob en 2012 et le projet de battre le record du plus grand nombre de mères allaitant leur bébé simultanément pour entrer dans le *Malaysia Book of Records* en 2013.

Ensemble, elles ont formé l'Équipe amie des bébés et décidé de produire une vidéo. Elles ont fait le choix de la vidéo cette année-là parce qu'il y en avait très peu sur le thème de la sensibilisation à l'allaitement, vu le budget élevé requis. Comment sept mères (dont la plupart sont femmes au foyer) ont-elles réussi à produire une vidéo sans aucun financement ? Après trois ans d'efforts acharnés, à faire des études de marché, impliquer les agences, lever des fonds grâce à un financement participatif via Indiegogo et en montant le *Gift of Love Charity Bazaar* de TBAN, l'Équipe amie des bébés finalement réussi à sortir la vidéo avant même la date butoir initialement prévue !

Ayuni espère que ce projet va inciter d'autres personnes à faire des campagnes pour générer une prise de conscience sur l'allaitement. « Nous espérons que cela va donner l'impulsion à d'autres défenseurs de l'allaitement de continuer à parler de travail et d'allaitement dans les médias pour permettre aux mères et à leurs familles de savoir que le soutien est disponible et à proximité ».

« L'allaitement, ça concerne tout le monde. S'il faut un village pour élever un enfant, cela devrait commencer avec des encouragements et du soutien à l'allaitement » dit Yong. Elle espère que les parents des nouvelles générations considéreront l'allaitement comme le choix le plus naturel pour leurs bébés.

12. Breastfeeding Advocates Network

13. World Breastfeeding Conference

Cette vidéo de 30 secondes présente trois mères allaitantes qui reçoivent un soutien destiné à faciliter leur parcours d'allaitement.

TBAN est un groupe de soutien à l'allaitement sur facebook.

Pour visionner la vidéo cliquer ici :

https://www.youtube.com/channel/UCIplPa71cMyOw4c_rOT-52Q/videos

L'objectif de ce groupe facebook est de faire de la pédagogie avec les parents modernes sur l'allaitement pour le normaliser dans la société malaisienne : www.facebook.com/BFriendlyMalaysia?fref=ts

Pour lire l'intégralité de l'article, cliquer ici : <http://www.thestar.com.my/Metro/Community/2015/08/17/A-video-to-latch-on-to-300-mothers-breastfeed-together-at-launch-of-awareness-video/>

19. La Banque interaméricaine de développement à l'origine d'une campagne pour briser les tabous sur l'allaitement et encourager l'allaitement en public Carmen Fernandez Sanchez, Espagne

Dans le cadre de la Semaine Mondiale pour l'Allaitement Maternel 2015, célébrée du 1^{er} au 7 août, la Banque inter-américaine de développement (IDB)¹⁴ a lancé une campagne sur les réseaux sociaux pour briser les tabous et encourager les mères à être fières de leur allaitement. En Amérique Latine, le pourcentage d'allaitement exclusif les six premiers mois, pendant lesquels le bébé est censé ne consommer que lait maternel, est très faible.



Bien que les bénéfices de l'allaitement soient largement reconnus, selon l'UNICEF seules 40 % des mères le pratiquent. En Amérique Latine et dans les Caraïbes ce taux de 37%.

La Banque inter-américaine de développement a lancé la campagne #YoSacoPecho (j'allaite où je veux, comme je veux, quand je veux) sur les réseaux sociaux afin d'encourager les mères à allaiter en public, et briser les nombreux tabous qui existent dans de nombreux pays aujourd'hui. Le compte twitter de la Division sociale et de santé de la banque @ [BIDgente](https://twitter.com/BIDgente) a reçu des photos de mères fières d'allaiter de plus de onze pays, y compris le Chili, le Paraguay, le Mexique, l'Argentine et l'Espagne. El País (le réseau international



14. Inter-American Development Bank

d'information) a fait un large écho à la campagne qui a été applaudie sur les réseaux sociaux par des institutions telles que l'Organisation des États Américains, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), l'UNICEF du Mexique et les Nations Unies.

L'IDB a mis en place, depuis des années, des chambres d'allaitement dans ses locaux à l'attention de ses salariées. Il a été prouvé qu'en plus des bénéfiques connus, l'allaitement contribue à rendre les salariées plus productives. La raison en est que les mères d'enfants allaités prennent moins de jours de congés pour s'occuper d'eux quand ils sont malades, puisqu'ils le sont moins souvent que les autres.

Pour en savoir plus sur cette campagne qui a remporté un franc succès, cliquer sur le lien ci-dessous : <http://blogs.iadb.org/desarrollo-infantil/2015/07/31/yosacopecho/>

Galerie photo IDB : <https://www.flickr.com/photos/sclsphidb/sets/72157656153797649>

El País : http://elpais.com/elpais/2015/08/05/planeta_futuro/1438776917_726682.html

Carmen Fernandez Sanchez, Saragosse, Espagne, est une spécialiste en communication pour IDB, et elle a travaillé pour le réseau SER et l'Embassade d'Espagne aux États-Unis. Elle est journaliste diplômée de l'Universidad Complutense de Madrid, Espagne, et elle est titulaire d'un Masters en communication, relations publiques et protocole de l'ESERP Business School.

Email: carmenfersan1607@gmail.com

20. Improvement in Long-Term Breastfeeding for Very Preterm Infants

Mary Sharp, Catherine Campbell, Debbie Chiffings, Karen Simmer et Noel French

INTRODUCTION : Les bénéfiques considérables de l'allaitement en termes de santé chez les prématurés, à la fois pour la mère et l'enfant, ont été largement médiatisés. Cependant, la mise en route et la poursuite de l'allaitement de grands prématurés relève du défi. L'objectif de cette étude est d'examiner les changements survenus dans l'allaitement des grands prématurés au cours des années.

SUJETS ET MÉTHODES : Des questionnaires d'allaitement ont été distribués à deux cohortes de parents dont les bébés, de très grands prématurés (<32 semaines) étaient hospitalisés en unité périnatale tertiaire ou en service chirurgical néonatal en Australie de l'Ouest. Parmi ceux-ci, ce sont 488 nouveau-nés qui ont été inclus dans la cohorte n° 1 (C1) (naissances du 1er janvier 1990 au 30 juin 1992) et 253 dans la cohorte n° 2 (C2) (naissances du 1er janvier 2011 au 14 septembre 2012).

RÉSULTATS : Un plus grand nombre de mères (96.8%) ont initié l'allaitement dans la C2 que dans la C1 (65.6%) ($p < 0,001$). De plus, 41,4% des mères de la C2 ont allaité plus de 6 mois, comparé à 25,8% de la C1 ($p < 0,001$). Les bénéfiques de l'allaitement ont été adoptés par un plus grand nombre de mères dans la C2 (45,8%) comparée à la C1 (11,4%) ($p < 0,01$). Les raisons de l'arrêt de l'allaitement sont restées, dans l'ensemble, cohérentes.

CONCLUSIONS: D'une époque à l'autre, des améliorations significatives évidentes sont apparues au moment de l'initiation et tout au long de l'allaitement des très grands prématurés. Cette amélioration a été associée à des changements d'attitudes chez les mères en ce qui concerne les avantages de l'allaitement.

<http://online.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/bfm.2014.0117>

Pour toute correspondance : email: mary.sharp@health.wa.gov.au

21. Allaitement et nutrition jusqu'à l'âge de 2 ans et risque de leucémie lymphoblastique aigüe ou de tumeurs cérébrales chez l'enfant

Greenop KRI, Bailey HD, Miller M, Scott RJ, Attia J, Ashton LJ, Downie P, Armstrong BK, Milne E

RÉSUMÉ : La leucémie lymphoblastique aigüe (LAL) et les tumeurs cérébrales (TC) sont deux des cancers les plus fréquents chez l'enfant, mais on ne sait pas grand-chose de leur étiologie. Dans deux études cas-témoins faites à l'échelle de l'Australie, nous avons exploré si l'allaitement, l'âge de l'introduction des solides, ou un

régime entrepris très tôt pouvaient être associés à un risque d'avoir ces cancers. Des enfants atteints de leucémie lymphoblastique aigüe et âgés de 0 à 14 ans ont été identifiés dans des unités d'oncologie pédiatrique entre 2003 et 2007 et des enfants atteints de tumeurs cérébrales ont été identifiés entre 2005 et 2010 et des cas-témoins dans la population de toute l'Australie ont été sélectionnés en utilisant un système de numérotation téléphonique aléatoire. Les mères ont rempli les questionnaires en donnant des détails sur l'alimentation de leurs bébés jusqu'à l'âge de deux ans. Des données extraites des 322 cas de LAL, des 679 contrôles de LAL, 299 de TC, et de 733 contrôles de TC ont été analysés au moyen de la régression logistique non conditionnelle. L'allaitement a été associé à un risque plus faible de leucémie lymphoblastique aigüe [*odds ratio* (OR) = 0,52, 95% intervalle de confiance (IC) : 0,32 - 0,84], quelle qu'en soit la durée. L'introduction de lait en poudre dans les 14 jours suivant la naissance a été corrélée avec la LAL (OR = 1,57 pour 95% d'IC : 1,03 - 2,37), ainsi qu'avec une alimentation exclusive au lait artificiel les 6 premiers mois (OR = 1,81, 95% IC : 1,07 - 3,05). Aucune corrélation n'a été établie entre l'allaitement ou l'utilisation de lait en poudre et le risque de tumeur cérébrale. Nos résultats suggèrent que l'allaitement et l'introduction tardive du lait en poudre artificiel réduisent le risque de leucémie lymphoblastique aigüe, mais pas celui des tumeurs cérébrales.

Greenop KR¹, Bailey HD, Miller M, Scott RJ, Attia J, Ashton LJ, Downie P, Armstrong BK, Milne E.
¹a Telethon Kids Institute, Université d'Australie de l'Ouest, Perth, Australie de l'Ouest, Australie.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25646650>

22. L'influence des attitudes vis-à-vis de l'alimentation infantile sur la durée de l'allaitement. Résultats obtenus dans le cadre de l'étude d'une cohorte dans l'Australie rurale de l'Ouest

Kylee N. Cox, Roslyn C. Giglia et Colin W. Binns

CONTEXTE : Le lait maternel est la source optimale de nutrition pour les nourrissons dans les six premiers mois de leur vie. Bien que la promotion et la protection de l'allaitement existent dans les politiques de santé publiques sur toute la planète, les taux d'allaitement dans les pays en développement comme dans les pays industrialisés démontrent encore clairement qu'un nombre trop faible de mères suivent ces recommandations. En plus des facteurs socio-démographiques comme l'âge, le niveau d'études et les revenus, on a démontré que des facteurs modifiables tels que les attitudes des mères en ce qui concerne l'alimentation de leur bébé avaient un impact sur la durée de leur allaitement. L'objectif de cette publication est de décrire l'influence de ces attitudes et leur impact sur la durée de l'allaitement dans l'Australie rurale de l'Ouest.

MÉTHODES : Une cohorte de 427 femmes et leurs nouveaux-nés a été recrutée dans des hôpitaux de l'Australie rurale de l'Ouest, puis suivie pendant 12 mois. Des informations sur les méthodes d'alimentation ont été collectées à l'hôpital, puis à l'occasion de sept contacts de suivi. L'attitude envers l'alimentation infantile a été mesurée à l'aide de l'*Iowa Infant Feeding Attitude Scale* (IIFAS),¹⁵ un score >65 étant comme positif vis-à-vis de l'allaitement.

RÉSULTATS : Les mères avec un score IIFAS >65 étaient deux fois plus susceptibles d'allaiter exclusivement à six mois et de poursuivre l'allaitement à différents niveaux d'intensité à douze mois. La durée médiane de l'allaitement exclusif pour les mères dont le score IIFAS était >65 était de 16 semaines (95 % IC 13,5 - 18,5) comparé à 5 semaines pour celles dont le score était <65 (95 % IC 3,2 - 6,8) (p<0,0001). La durée médiane à douze mois était deux fois plus longue pour les mères dont le score IIFAS était >65 (48 semaines contre 22, p<0,001).

CONCLUSIONS : Les femmes de cette cohorte rurale qui avaient une attitude plus positive envers l'allaitement vivaient un allaitement exclusif de six mois et une poursuite de l'allaitement jusqu'à un an en complémentarité d'une alimentation diversifiée. Des recherches complémentaires examinant les attitudes d'allaitement de sous-groupes spécifiques comme les hommes, les grand-parents et les adolescents dans les régions rurales

15. Pour des informations sur l'Iowa Infant Feeding Attitude Scale, cliquer ici : <http://www.public.iastate.edu/~adelamor/iifas.htm>

contriburont à une base de connaissances solide et à s'assurer que l'allaitement soit perçu comme un mode d'alimentation normal des nourrissons.

 Pour lire l'intégralité de l'article : *International Breastfeeding Journal* 2015, 10:25 doi:10.1186/s13006-015-0048-3 la version électronique est disponible à l'adresse suivante : <http://www.internationalbreastfeedingjournal.com/content/10/1/25>

Auteurs : Kylee N. Cox¹, Roslyn C. Giglia^{1,2*} and Colin W. Binns¹

*Pour contacter l'auteur, écrire à : Roslyn C Giglia email: r.giglia@exchange.curtin.edu.au

¹School of Public Health, Curtin University, Bentley 6102, Australie de l'Ouest, Australie

²UWA Centre for Child Health Research, Université d'Australie de l'Ouest, Crawley 6009, Australie

23. Et voilà pourquoi votre bébé ne fait pas ses nuits

Patrick Smith, Royaume Uni

Patrick Smith a interviewé une femme, un homme, tous deux d'éminents spécialistes des nouveaux-nés. Darcia Narvaez, professeur psychologie à l'Université de Notre Dame, Indiana, États-Unis et Peter Fleming, professeur en santé infantile et psychologie du développement à l'Université de Bristol, Royaume Uni et leurs découvertes expliquent pourquoi votre bébé ne fait pas ses nuits.

1. Pourquoi les bébés se réveillent-ils ? Parce que c'est naturel.
2. En fait, personne ne fait vraiment ses nuits, pas même les adultes.
3. Les bébés humains naissent à un stade développement plus précoce que d'autres mammifères – ils ont besoin d'un contact rapproché, comme un « utérus externe ».
4. On a démontré que les bébés qui se réveillent beaucoup sont plus intelligents et en meilleure santé mentale.
5. Les bébés ont des cycles de sommeil beaucoup plus courts que les adultes.
6. Les bébés ont besoin de leurs parents pour se calmer, et les laisser pleurer leur impose un stress important et épuisant, même quand ils sont calmes.
7. Les bébés dorment toute la journée et se réveillent la nuit pour s'assurer qu'ils ont votre attention pleine et entière.
8. Les bébés ne sont pas faits pour être séparés de leurs parents, que ce soit dans la pièce à côté ou dans leur propre lit.
9. C'est bien pour cette raison que le cododo est si populaire à travers le monde, les bébés ont intensément besoin de contact physique et peuvent être contrariés quand on ne leur en offre pas.

En dépit de tout ce que vous pouvez entendre, et même si votre patience est mise à rude épreuve, sachez qu'il est naturel que les bébés se réveillent la nuit.

 Pour lire la totalité de l'article :

http://www.buzzfeed.com/patricksmith/its-evolution-baby?bffb&utm_term=4ldqpgp#4ldqpgp

Patrick Smith est rédacteur en chef médias de BuzzFeed News à Londres, Royaume Uni.

Contactez Patrick Smith à l'adresse suivante patrick.smith@buzzfeed.com.

24. Créer du capital social grâce au Programme Relais Allaitement (PraLLL). Les leçons tirées de l'évaluation d'un service de soutien bénévole à l'allaitement dans le Nord-Ouest de l'Angleterre

Gill Thomson, Marie-Clare Balaam et Kirsty Hymers

CONTEXTE : On sait que le Programme Relais Allaitement (PraLLL) est une clé pour permettre de créer du capital social (au sens sociologique du terme) dans les populations. À ce jour, il n'y a aucune étude expliquant comment on peut réussir cela grâce à un service de soutien à l'allaitement étayé par des mamans relais (du PraLLL). Dans cet article, nous présentons nos découvertes tirées de l'évaluation d'un service de soutien

bénévole à l'allaitement dans le Nord-Ouest de l'Angleterre, dans l'objectif de décrire comment ce service a été mis en place et intégré à la communauté. Cette étude s'est étendue de mai 2012 à mai 2013.

MÉTHODES : Des entretiens (individuels ou en groupe) ont eu lieu avec 87 participants : 24 femmes allaitantes, 13 mamans relais et 50 professionnels de santé et travailleurs sociaux. Les données contenues dans 23 rapports de suivi mensuels (de janvier 2011 à février 2013) compilées par le service de soutien à l'allaitement bénévole ont été galement extraites et analysées.

RÉSULTATS : Une analyse thématique a été entreprise en utilisant des concepts de capital social (au sens sociologique du terme) comme perspective théorique. Les principaux résultats identifiés en termes de capital social sont la création de ponts et de liens à la fois affectifs et sociaux. Ces résultats mettent en lumière la façon dont le Programme relais allaitement facilite la création de liens entre ses membres et entre les femmes qui accèdent au service. La façon aussi dont le PraLLL créé des ponts entre des personnes d'horizons et de centres d'intérêts différents, et comment des liens se forment avec les responsables pour toucher les femmes et leur tendre la main afin de promouvoir une culture de l'allaitement. Certaines des tensions soulignées dans les textes de sociologie sur le capital social ont d'ailleurs été aussi identifiées.

CONCLUSIONS : Des relations horizontales et verticales qui se sont forgées entre les mamans relais et les membres de la communauté ont permis au soutien à l'allaitement des mamans relais d'être intégré dans les parcours de soins, ont également permis de promouvoir des attitudes positives envers l'allaitement et de disséminer de la connaissance et de maximiser la demande d'aide pour du soutien à l'allaitement dans toute la communauté. Des efforts supplémentaires pour dialoguer avec des personnes de différentes origines ethniques et résoudre des tensions entre les mamans relais et les professionnels de santé sont justifiés.

Gill Thomson^{1*}, Marie-Clare Balaam² et Kirsty Hymers³

* Pour contacter l'auteure : Gill Thomson GThomson@uclan.ac.uk

Affiliations de l'auteure :

1. Maternal and Infant Nutrition and Nurture Unit, University of Central Lancashire, Preston PR1 2HE, Lancashire, Royaume Uni
2. Research in Childbirth and Health Unit, University of Central Lancashire, Preston PR1 2HE, Lancashire, Royaume Uni
3. East Lancashire Hospitals NHS Trust, Royal Blackburn Hospital, Haslingden Road, Blackburn BB2 3HH, Lancashire, Royaume Uni

International Breastfeeding Journal 2015, 10:15 doi:10.1186/s13006-015-0039-4

Pour lire l'intégralité de l'article cliquer ici : <http://www.internationalbreastfeedingjournal.com/content/10/1/15>

NB : Une analyse conceptuelle du Programme relais allaitement entreprise par Cindy-Lee Dennis (intitulée *Peer support within a health care context: a concept analysis*. *Int J Nurs Stud.* 2003 329) propose la définition suivante :

« Offrir une aide du point de vue émotionnel, une évaluation et des informations grâce à un réseau social de membres qui possèdent des connaissances venant de leur propre expérience sur des comportements ou des facteurs de stress spécifiques et ayant des caractéristiques similaires à celles de la population cible. » ([2] p.329).

25. Onzième Forum One Asia des partenaires de l'allaitement Siti Norjannah, Malaisie

Le Bureau d'information sur l'allaitement et l'Association malaisienne pour l'allaitement seront les centres d'intérêt principaux de l'IBFAN (International Baby Food Action Network). IBFAN Asie organise le 11^e Forum One Asia des partenaires de l'allaitement du 2 au 5 novembre 2015 à Putrajaya, Malaisie. Des



participants de 28 pays de l'Océanie et de l'Asie viendront au Forum. Le Ministère de la santé et le Ministère des femmes, de la famille et du développement local apporteront tout leur soutien technique.

Chaque année IBFAN Asie accueille ce Forum dans l'un des pays de l'Asie. Parmi les participants au Forum on trouve des décideurs des gouvernements, des représentants d'IBFAN, des défenseurs de l'allaitement, des agences des Nations-Unies et d'autres partenaires encore. Le tout premier Forum des partenaires de l'allaitement de l'Asie du Sud-Est a eu lieu en 2004 au Bangladesh. Depuis, il s'est tenu au Népal, en Afghanistan, en Inde, au Bhoutan, au Sri Lanka, en Indonésie, en Mongolie, au Laos et au Brunei Darussalam.

Cette année le Forum accueillera, avec le concours de WABA, l'atelier de L'INITIATIVE MONDIALE DE SOUTIEN AUX MÈRES (GIMS).¹⁶ Le thème en sera « Protection de la maternité pour toutes les femmes qui travaillent ».

OBJECTIFS

1. La société dans son ensemble doit se mobiliser pour soutenir les mères. Mettre en œuvre un programme d'envergure pour le soutien aux mères et des structures de garderie pour les bébés et les jeunes enfants pour soutenir et faciliter les débuts et la poursuite de l'allaitement, y compris en appliquant les dispositions du programme relatif à la maternité de la Convention de l'OIT¹⁷ sur la protection de la maternité (C191). Dans ces dispositions, il y a un congé maternité rémunéré, deux pauses d'allaitement par jour d'une demi-heure chacune, une flexibilité de l'emploi du temps au travail, une crèche sur le lieu de travail et la possibilité de tirer son lait et de le stocker.
2. Le droit des femmes de se sentir soutenues dans le cadre du suivi de leur grossesse et de la naissance de leur bébé. En effet, le vécu d'une mère à ces moments-clés peut avoir un impact soit extrêmement positif, soit totalement destructeur sur ses efforts pour allaiter son bébé. Répondons-nous au besoin des mères en termes d'informations, de soutien et de liberté de choix dans ce moment crucial qu'est la naissance de leur enfant ?
3. Dynamiser le Code : dans le cadre de la Charte malaisienne de l'allaitement, revoir le Code international de commercialisation des substituts du lait maternel et des produits apparentés ; en particulier en relation avec la promotion massive de formules lactées industriellement pour les bébés plus grands. L'objectif étant de légiférer pour que le Code devienne texte de loi, avec un système de surveillance adéquate et des actions cohésives comme par exemple, un système de dénonciation des violations qui soit clair et accessible au public.

Cet événement comportera des présentations plénières, des débats de spécialistes et des ateliers. Des expositions créatives à l'initiative des mères dans les groupes locaux et des gouvernements des pays participants vont ponctuer les activités de la SMAM 2015.

Les conférenciers sont des experts régionaux et locaux sur l'allaitement, la naissance naturelle, les droits de la famille en matière de santé reproductive et les services au sein des communautés locales. Ils sont invités à présenter leurs études et leurs expériences.

Cliquer sur le lien suivant pour plus d'informations <https://www.facebook.com/OABPF2015?fref=ts>

Siti Norjinh Moin, est l'une des fondatrices de l'Association malaisienne pour l'allaitement (PPPIM), initiatrice et moteur principal de l'Initiative hôpital ami des bébés (IHAB) en 1995, formatrice en conseil en allaitement pour l'Institut de Santé publique de Malaisie et représentante IHAB OMS/UNICEF pour la région Asie du Sud-Est. Elle a été la présidente de la SMAM pour la Malaisie de 1992 à 2012 et elle est aussi coordinatrice de la gouvernance locale de WABA. Elle est également l'auteur des ouvrages suivants : *Breastfeeding: The Working Mothers Program*, *From Mother for Mother*, *Breastfeeding: The Best Food*, *Islam and Breastfeeding*. En outre, elle a rédigé un chapitre du livre intitulé *The 10th Step & Beyond - Mother Support For Breastfeeding*. Pour tout son travail local elle a reçu le Trophy NONA de TV3 et une récompense, la *Woman of First* de l'Université de Sains, Malaisie.

Email: sitiorjinh@gmail.com

 16. Global Initiative for Mother Support

17. Organisation Internationale du Travail

RESSOURCES POUR L'ALLAITEMENT

26. Des moyens d'action

Carolina Global Breastfeeding Institute, États-Unis

Cette partie comprend un récapitulatif avec une introduction, une table des matières descriptive et des liens vers les sections ci-dessous

- Contexte et résumé de la recherche
- Interventions : projets, programmes et stratégies
- Outils et recommandations sur quoi entreprendre
- Ressources complémentaires et liens

ALLAITEMENT ET GARDERIES : L'initiative amie de l'allaitement dans les garderies (BFCC)¹⁸ a commencé en 2009 dans le Wake County, en Caroline du Nord, avec le soutien du fonds de dotation John Rex, dans l'objectif d'améliorer le soutien à l'allaitement dans les structures de garderie à l'intention des populations défavorisées.

ALLAITEMENT ET PRÉVENTION DE L'OBÉSITÉ : Cette boîte à outils est conçue pour donner aux défenseurs de l'allaitement et aux décideurs en santé publique les informations, les outils et les ressources nécessaires pour réduire ce fardeau qu'est l'obésité infantile grâce à un soutien pour un allaitement optimal.

ALLAITEMENT ET DISPARITÉS EN SANTÉ : Cette boîte à outils est conçue pour donner aux défenseurs de l'allaitement et aux décideurs en santé publique les informations, les outils et les ressources nécessaires pour éliminer les inégalités raciales, ethniques et socio-économiques en matière d'allaitement aux États-Unis.

LAIT DE DONNEUSES : L'objectif de cette boîte à outils est d'offrir une vue d'ensemble de l'utilisation actuelle du lait de donneuses aux États-Unis, d'identifier les prochaines étapes pour les recherches sur le lait de donneuses, la façon dont il est perçu politiquement et recommander d'autres actions pour faire progresser les meilleures pratiques des banques de lait de donneuses pour assurer un meilleur accès et plus d'équité en matière de santé.

COURS DE PRÉPARATION À L'ALLAITEMENT PENDANT LA GROSSESSE : L'objectif de cette boîte à outils est de donner les informations, les outils et les ressources nécessaires pour informer toutes les femmes pendant leur grossesse sur des pratiques de soins en maternité basées sur des preuves, en particulier sur les changements qui ont lieu à l'heure actuelle dans le label Hôpital ami des bébés ou d'autres labels institutionnels, et aussi sur le soutien pour le succès de l'allaitement.

 Pour des informations détaillées sur ces boîtes à outils cliquer sur le lien suivant : <http://breastfeeding.sph.unc.edu/toolkits/>

Le Carolina Global Breastfeeding Institute (CGBI) a été fondé en 2006 dans le Département de santé maternelle et infantile de l'Université de Caroline du Nord au sein de la Gillings School of Global Public Health, États-Unis. Le CGBI a pour objectif de faire mieux comprendre et soutenir l'allaitement à l'échelle des États-Unis et à l'échelle mondiale, avec une attention particulière à la survie, la croissance et le développement infantiles, ainsi qu'à la santé reproductive et la survie maternelles. Nous souhaitons que nos activités permettent la promotion d'une meilleure qualité de soins et la création d'une norme optimale d'allaitement.

 18. Breastfeeding-Friendly Child Care

27. IBFAN et ICDC lancent un nouveau kit de surveillance du Code

La surveillance du Code est une activité essentielle d'IBFAN (International Baby Food Action Network). De nombreuses dispositions du Code International sont basées sur des preuves collectées à l'occasion de rapports IBFAN datant de la période 1979 à 1980-81. La surveillance du Code a également conduit à l'adoption de plusieurs résolutions ultérieures de l'Assemblée mondiale de la Santé (AMS).

Des changements rapides en termes de technologie, de stratégies marketing, de produits et de négociations commerciales internationales ont changé la façon dont les entreprises font la promotion de leurs produits et leur image de marque. L'ICDC-IBFAN a également changé la façon dont nous devons aujourd'hui surveiller le code.

L'ICDC (International Code Documentation Center), le bureau d'IBFAN en charge de la coordination de la surveillance du Code et le réseau IBFAN mondiale, ont révisé et mis à jour les protocoles de surveillance d'IBFAN. Le nouveau kit de surveillance du Code est prêt à être distribué aux groupes IBFAN et à ses défenseurs. Le kit a été lancé à Panama City, Panama, le 31 août 2015 lorsque l'ICDC et IBFAN Amérique Latine et Caraïbes ont dispensé un cours régional de mise en œuvre du Code avec le soutien de l'UNICEF et l'Organisation Panaméricaine de la Santé (PAHO).

Ce kit de 60 pages vous guide sur le « pourquoi, comment, où et quoi » du Code de surveillance. Accompagné d'un formulaire facile, il contient 8 questionnaires ; y compris une nouvelle section sur les produits et les tactiques qui sapent l'allaitement (bien qu'il y en ait qui ne soient pas couverts par le Code, il faut répertorier les observations qui sont le fruit de la surveillance afin de faciliter des mesures plus courageuses dans les pays).

Pour que la surveillance puisse avoir l'impact le plus efficace possible, afin d'aider les différents pays à mettre en œuvre des mesures adéquates pour protéger la santé des nouveau-nés et des jeunes enfants. Pour combattre efficacement les techniques de commercialisation impitoyables et construire un réseau de surveillance mondiale pour forcer les entreprises à rendre des comptes, nous avons besoin de travailler en nous serrant les coudes. Nous espérons que cette publication permettra de faire des ponts au sein du réseau pour rassembler tous les efforts collaboratifs. Nous comptons sur nos partenaires pour nous fournir les résultats de la surveillance qu'ils mettent en place, de façon à ce que nous puissions aider de façon réciproque les pays sur la manière de mettre en œuvre la surveillance du Code avec succès, en utilisant les techniques suivantes : faire du lobbying pour des législations nationales, faciliter l'exécution des sanctions, renforcer les capacités et maintenir un système durable et continu.



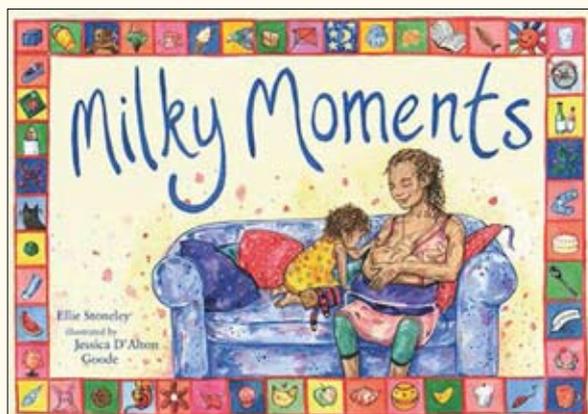
 Pour célébrer son lancement, les groupes IBFAN et ses défenseurs qui s'intéressent à la surveillance du Code pourront recevoir gratuitement un exemplaire électronique du guide sur simple demande. Cliquer sur le lien ci-dessous pour remplir un formulaire, de façon à recevoir le guide. Cette offre est valable jusqu'à fin 2015. <http://form.jotform.me/form/52251066885459>

For hard copy purchase, please go to : <http://www.ibfan-icdc.org/index.php/publications/publications-for-sale>

28. Milky Moments

Ellie Stoneley, Royaume Uni

Milky Moments est un livre à l'attention des enfants et de leurs familles qui dépeint l'allaitement comme faisant partie de la vie quotidienne d'une famille. Écrit par Ellie Stoneley, avec des illustrations de Jessica D'Alton Goode, Milky Moments est sorti en mai 2015 chez Pinter and Martin. Le premier tirage a été vite épuisé, le livre ayant été chaleureusement accueilli par



les parents, les enfants et les professionnels de santé. En outre, il a reçu de nombreuses évaluations avec cinq étoiles ! Suite à un afflux de demandes, un petit nombre de cartes ont été imprimées en édition limitée, numérotée et signée et sont disponibles à la vente, avec un ours tricoté prénommé Eric (qui figure dans le livre), ainsi que des poupées allaitantes de collection en feutre

Anne Burbidge pour La Leche League Grande Bretagne :

Milky Moments a pour objectif de normaliser l'allaitement pour les jeunes enfants en leur montrant de très jolies illustrations figurant une maman et son bébé dans des moments et des activités de la vie quotidienne qu'ils reconnaîtront. L'auteure, Ellie Stoneley – elle-même maman d'un enfant allaité et l'illustratrice Jessica d'Alton Goode ont rencontré de nombreuses mères et leurs bébés alors qu'elles travaillaient sur le livre. Elles ont aussi consulté des animatrices de La Leche League qui leur ont donné leur point de vue et leur contribution, en s'assurant que la façon dont les bébés sont installés soit confortable (pour la mère et le bébé). Le résultat, c'est un livre charmant et amusant auquel les enfants s'identifieront ; leur donnant un message très positif, disant que l'allaitement est parfaitement normal et qu'on peut allaiter partout. Il y a aussi un petit ours qui s'appelle Eric que l'on retrouve à chaque page pour s'amuser encore plus. Ce livre aura toute sa place dans de nombreuses bibliothèques.

Pour des informations complémentaires, cliquer ici : <https://www.laleche.org.uk/news/reviewing-milky-moments-written-ellie-stoneley-illustrated-jessica-d%E2%80%99alton-goode#sthash.nPSmy8wl.dpuf>
<http://milkymomentsbooks.com/>

LES ENFANTS ET L'ALLAITEMENT

Merci de nous faire parvenir vos récits sur les enfants et l'allaitement, des citations, des expériences. Cela peut être quelque chose que votre enfant allaité a dit ou fait ; ou quelque chose qu'un enfant plus grand a fait pour promouvoir l'allaitement, ou même une histoire que vous avez vue ou lue, qui associe les enfants et l'allaitement.

29. Position et peau à peau Julia Mio, Canada

Ma fille a fait partie de La Leche League/LLL, toute sa vie. Maintenant qu'elle a 4 ans ½, elle montre comment bien positionner son bébé (son frère) en jouant à la LLL avec son frère. Elle suggère souvent du peau à peau et des tétées fréquentes à ses copines de maternelle quand elles jouent à la poupée.

Elle insiste pour qu'on joue à la réunion avec la famille, et elle demande à tout le monde de porter des badges et de poser des questions d'allaitement. Sa réponse habituelle aux questions c'est de donner de l'amour au bébé, de le mettre en peau à peau et l'allaiter encore plus. L'allaitement étant une activité du



Elle montre comment bien positionner son bébé (son frère).

cerveau droit, vous pouvez voir clairement comment, si nous sommes dans l'ouverture et que nous sommes des modèles, l'allaitement devient une norme acceptée pour s'occuper de son bébé.

 Julia Mio, Edmonton, Province de l'Alberta, Canada

30. Adoption and Induced Lactation Meeting

Jen Reinhardt, USA

J'ai découvert que ma fille jouait avec MES vieilles poupées Barbie. Ma fille de cinq ans m'a expliqué que c'était une réunion spéciale adoption et lactation induite. Ma bambine allaitée de deux ans a ajouté que les grands enfants aiment mieux les « tétés ». Elle me fait fondre...



Jen Reinhardt, Florida, États-Unis

SOUTIEN A L'ALLAITEMENT PAR LES GRANDS-PARENTS

Si vous êtes une grand-mère, un grand-père ou une personne âgée, merci de nous envoyer vos récits sur la manière dont vous avez soutenu les mères et leurs bébés. Vous pouvez également nous raconter comment vous avez été soutenue par vos grands-parents ou par une autre personne âgée. Les grand-mères racontent comment elles ont soutenu leur famille à l'arrivée d'un nouveau bébé.

31. Tendre la main à la prochaine génération

Marie-Hélène Plaveret Favre, France

Marie-Hélène Plaveret Favre, animatrice LLL France du Cruet partage ce témoignage sur sa grand-mère et sur sa mère, Odile Favre Bellicard, âgée de 69 ans.

D'après ma mère, Odile, 69 ans cette année, sa maman a allaité pendant la seconde guerre mondiale 3 enfants, puis 3 autres encore, se battant contre les normes à l'époque de l'allaitement rythmé par l'horloge et des bébés séparés des mamans et emmaillotés : elle les prenait contre elle dès qu'elle le pouvait ! Elle se souvient avoir fait un gratin de blettes, pendant la guerre, à la sauce béchamel faite avec son lait maternel (puisque'elle n'avait rien d'autre !!!).

Ma mère par contre, dans les années 70, dans la grande ville de Lyon, n'a pas été soutenue pour aucun de ses trois allaitements puisqu'à la maternité, quasiment tous les bébés sortaient "en mixte" avec des biberons dès le début.

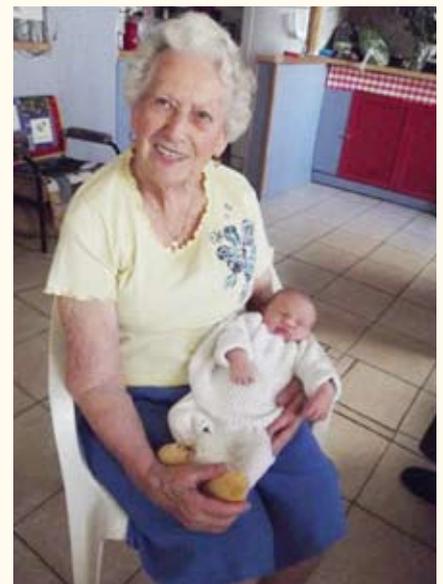
La photo est de mon papa Guy Favre avec notre troisième enfant, Angeline, née en 2011, faisant la sieste dans les Alpes.

Ce témoignage est déjà paru au sein de la Leche League LLL France, ma maman veut bien le diffuser encore.

Il est vrai que pour chacun de nos trois enfants, elle aimait s'approcher et communiquer avec eux pendant la tétée... Elle a écrit un poème en français afin de partager ces moments.

Poème de Madame Odile sur ses petits-enfants :

Chaleur, douceur, bien-être, tendresse... mais où faut-il être pour se sentir aussi bien ? Les bras de maman pour la tétée. Moments magiques où la vie continue d'être donnée par cette source nourricière, images magiques d'une petite main négligemment posée sur le sein maternel ou sachant instinctivement le presser pour faire couler un peu plus de lait.



Ma grand-mère, l'arrière grand-mère de nos enfants, ils ont 90 ans de différence, mais le lien que forme l'allaitement les rapproche.

Yeux fermés, bébé concentré travaille à se nourrir : ne le dérangeons pas et laissons le ensuite se plonger dans un état de douce béatitude.

Yeux ouverts, quand il est plus grand, rien le l'arrête au début de son repas. Puis un peu repu, il sourit aux coucous que la grand-mère taquine lui lance « discrètement » par dessus les épaules de maman. Rieur, il lâche le bout de sein humide, mais le reprend très vite : on ne lui enlève pas comme ça le « pain de la bouche » !

Chaleur, douceur, bien être, tendresse... c'est un bonheur d'avoir vu (et de voir encore avec A. et E.) nos 5 petits enfants allaités (nés de nos 3 enfants), et de se dire que nous aussi les grands parents, nous avons vécu ces moments de confort nourricier !

Odile et Guy (Lyon), grands-parents des enfants de Marie-Hélène.

ALLAITEMENT MATERNEL, VIH ET SIDA

32. VIH et allaitement, les preuves se dévoilent

Pamela Morrison et Zoe Faulkner, Royaume Uni

Les recommandations internationales en termes d'alimentation des nouveau-nés en présence du Virus de l'Immunodéficience Humaine (VIH) ont pris un tournant inattendu en 2009. Alors qu'une alimentation de substitution à l'allaitement maternel était auparavant recommandée pour empêcher une transmission postpartum du VIH, l'approche internationale actuelle recommande un retour à l'allaitement comme étant l'une des stratégies les plus efficaces pour améliorer, de façon générale, la survie de l'enfant.

Pratiques actuelles au Royaume Uni

“En 2014, on a répertorié près de 19000 grossesses chez des femmes séropositives au Royaume Uni.¹⁹ L'adoption d'un dépistage prénatal du VIH est maintenant largement supérieure à 95%. Les taux de séropositivité chez les femmes enceintes au Royaume-Uni sont de 1/500 et de 1/250 à Londres. À l'heure actuelle 72% de l'ensemble des mères séropositives vivant au Royaume Uni sont nées en Afrique, et plus particulièrement en Afrique de l'Est et en Afrique du Sud, où la prévalence du VIH est parmi les plus hautes dans le monde et où l'allaitement à des implications culturelles significatives, tant du point de vue des traditions que de la survie infantile. La grossesse et la naissance d'un enfant sont des moments particulièrement vulnérables dans la vie d'une femme, et faire ce parcours avec un diagnostic de VIH peut s'avérer extrêmement difficile. Conscients que les directives mondiales sont en pleine évolution, les praticiens locaux sont aussi à la recherche d'informations à jour et d'orientations pertinentes. Avec une pratique de qualité, fondée sur l'expérience clinique, nous pouvons soutenir les femmes, afin qu'elles puissent faire des choix éclairés en ce qui concerne l'alimentation de leur bébé dans un contexte de VIH et leur offrir une aide compétente. Cet article résume les preuves étayant les recommandations sur le VIH et l'alimentation infantile qui sont en pleine évolution. Nous concluons avec une étude cas et les implications pratiques pour le Royaume Uni.”

Tiré de Essentially MIDIRS Volume 5 n° 11, décembre/janvier 2015, 50^e édition.
<http://www.midirs.org/em-decjan-hiv/>

19. Population, Policy and Practice Programme 2014

SITES WEB ET ANNONCES

33. Des sites internet intéressants à visiter

Communiqué de presse de WABA : Lancement du Right to Food and Nutrition Watch 2015 : La nutrition des peuples ce n'est pas du business !

<http://us8.campaign-archive1.com/?u=9c4737de875c6fa12b87991e8&id=fb7a7920d0>

En examinant l'anamnèse médicale de plus de 1600 femmes diagnostiquées avec un cancer du sein, des chercheurs ont découvert que celles qui avaient allaité avaient un risque de récurrence de la maladie de 30% inférieur après traitement effectif, et aussi qu'elles avaient tendance à avoir des tumeurs de type moins agressif que celles qui n'avaient pas allaité.

<http://www.sfgate.com/health/article/Large-study-shows-breastfeeding-benefits-cancer-6229422.php>

Travail et allaitement en toute simplicité par Nancy Mohrbacher, consultante en lactation IBCLC, FILCA : <http://dhss.delaware.gov/dhss/dph/chs/files/workandbf.pdf>

Detroit's Mother Nurture Project fait le lien entre des mères noires et des mamans relais allaitement qui leur offrent leur soutien. Voilà de quelle manière une approche orientée sur une population spécifique peut rendre de grands services.

http://womensenews.org/story/health/150417/in-detroit-hospital-black-babies-are-latching#.VdpWsvl_NBf

Quand le lait stocké prend une odeur de savon ou de rance par Nancy Mohrbacher :

<http://www.breastfeedingmadesimple.com/Stored-Milk-2.pdf>

Les résultats d'une étude soulignent le rôle de l'allaitement dans la formation et la succession des populations microbiennes pendant la première année de vie :

<http://www.sciencedaily.com/releases/2015/05/150513125126.htm>

Des études ont démontré que les naissances à domicile planifiées résultaient en un nombre plus faible d'interventions et moins de problèmes pour les nouveau-nés, si on les compare à des naissances planifiées à l'hôpital chez des femmes répondant aux critères des naissances à domicile.

http://www.sciencedaily.com/releases/2015/08/150820105204.htm?utm_source=feedburner&utm_medium=email&utm_campaign=Feed%3A+sciencedaily%2Fhealth_medicine%2Finfants_health+%28Infant+Health+News+--+ScienceDaily%29

Sept bénéfices énormes d'une toute première heure suivant la naissance sans perturbations : la façon dont on s'occupe de votre bébé et dont on le nourrit immédiatement après la naissance a un impact significatif sur sa transition de l'intérieur de l'utérus vers l'extérieur.

<http://www.bellybelly.com.au/birth/7-benefits-undisturbed-first-hour-after-birth/>

Initiation précoce de l'allaitement : dans les toutes premières heures suivant la naissance, la plupart des nouveau-nés en bonne santé vont se diriger instinctivement vers le sein maternel et téter d'eux-mêmes. Grâce au parcours de trois nouveau-nés, cette vidéo montre l'initiation précoce de l'allaitement et les façons de soutenir cette pratique auprès des mères et des personnels hospitaliers.

<http://globalhealthmedia.org/portfolio-items/early-initiation-of-breastfeeding/>

On a appris à de nombreuses mères à allaiter de manière incorrecte : nouvelle recherche étonnante. Cet article de Nancy Mohrbacher, IBCLC, FILCA a été publié à l'origine dans le *Holistic Parenting magazine*, n°9 (May/June 2015). Nancy a des connaissances très riches et c'est une lumière pour beaucoup de mères allaitantes.

<http://www.mothing.com/articles/natural-breastfeeding/#sthash.k2Qjlmqd.YXoJap89.dpuf>: Nancy Mohrbacher

34. Évènements passés & futurs

17 & 18 juin 2015 : Septième Sommet Annuel sur l'Allaitement, *Première nourriture : le rôle essentiel de l'allaitement*, Académie de Médecine et d'Allaitement. <http://www.bfmed.org/>

Du 1^{er} au 7 août 2015 : Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel 2015: Breastfeeding and Work: Let's Make It Work! <http://www.worldbreastfeedingweek.org/>

Du 14 au 16 août 2015 : PRISMA 2015, Convention malaysienne du programme relais allaitement et attachement parental, assumer votre rôle, tricoter notre réseau, normaliser l'allaitement. Organisée par les conseillères en lactation malysiennes.

Pour des informations complémentaires, allez voir notre page facebook : www.facebook.com/KonvensyenPRISMA2015

Du 15 septembre au 31 octobre 2015 : Conférence en ligne : Construire un meilleur allaitement. Pour les détails, cliquer ici : <http://www.ilactation.com/conference/>

Du 16 au 18 octobre 2015 : 20^e Conférence annuelle internationale de l'académie de médecine pour l'allaitement maternel à Los Angeles, Californie, États-Unis. La rencontre de cette année présentera la dixième conférence annuelle par Lynn Bell : « Allaitement et dangers des erreurs médicales ». <http://www.bfmed.org/>

Du 18 au 21 octobre 2015 : Conférence mondiale sur la santé maternelle et néonatale, Offrir des soins de qualité à toutes les mères et tous les nouveaux-nés, Mexico City, Mexique. <http://www.globalmnh2015.org/program/>

Du 19 au 31 octobre 2015 : 6^e cours régional sur l'allaitement : Promotion de l'allaitement et pratique, par le Consortium pour l'alimentation des nourrissons, Royaume Uni et WABA à Penang, Malaisie. <http://www.waba.org.my/whatwedo/hcp/training.htm#bap>

Du 2 au 5 novembre 2015 : Onzième Forum One Asia des partenaires de l'allaitement, protection de la maternité pour toutes les femmes qui travaillent, Putrajaya, Malaisie.
Pour des informations complémentaires : <https://www.facebook.com/OABPF2015?fref=ts>

Du 12 au 15 janvier 2016 : 22^e Conférence annuelle internationale sur l'allaitement des enfants en bonne santé, *L'Art et la science de la recherche en lactation humaine et de la gestion de l'allaitement*, Orlando, Floride, États-Unis <http://www.healthychildren.cc/images/International/2016InternationalFlyer.pdf>

35. Hommage à Sheila Kitzinger

Sheila Kitzinger, éducatrice à la naissance internationalement reconnue, anthropologue et féministe, s'est éteinte le 11 avril 2015.

L'éditeur de Sheila Kitzinger, Pinter & Martin, qui a publié en mai dernier son autobiographie : *A Passion for Birth: My life: anthropology, family and feminism*, a rendu hommage à cette icône, éducatrice à la naissance internationalement reconnue, anthropologue et féministe qui s'est éteinte doucement chez elle, dans l'Oxfordshire après une courte maladie le 11 avril 2015.



Sheila Kitzinger 1929-2015

Auteure de plus de vingt-cinq livres, y compris *The Complete Book of Pregnancy & Childbirth*, Sheila Kitzinger, MBE (Member of the Order of the British Empire) titulaire d'un Master en littérature [anglaise] (MLitt), est l'une des figures les plus influentes dans le milieu de la naissance. Dans sa carrière de pionnière, qui s'est étendue sur plus de 50 ans, elle fait campagne pour générer le changement et le voir s'opérer dans les soins périnataux, en plaçant les droits des femmes et leurs choix au cœur de la naissance. Ses recherches, ses connaissances et sa passion ont eu un énorme impact pour des millions de femmes à travers le monde.

Le Professeur Celia Kitzinger, la fille aînée de Sheila, psychologue à l'Université de York nous dit :

Sheila m'a appris très tôt que ce qui était personnel était politique. Pas seulement ce qu'elle disait, mais ce qu'elle faisait. En grandissant, j'ai appris grâce à ses campagnes pour la liberté de choix pour la naissance que des individus passionnés et engagés peuvent générer le changement dans la société. Elle n'a jamais hésité à dire la vérité aux gens au pouvoir.

Je réalise, en lisant son autobiographie, l'étendue et la variété des combats dans lesquels elle s'est impliquée. Des mutilations génitales aux prisonnières qui accouchaient avec des menottes ou la défense des droits des sages-femmes en Europe de l'Est. Elle est tellement plus « qu'un guru de la naissance naturelle » !

INFORMATIONS PRATIQUES SUR LE BULLETIN

36. Proposer des articles pour les prochains numéros

Nous recevons avec joie des articles intéressants pour ce bulletin qui peuvent traiter d'actions menées, d'un travail particulier réalisé, de recherches ou de projets proposés dans différentes perspectives en provenance de différentes parties du monde, qui ont permis de soutenir les mères dans leur allaitement et leur maternage. Nous recherchons des articles qui soutiennent l'Initiative mondiale de soutien aux mères (GIMS) pour l'allaitement, et qui traitent du soutien aux pères, aux grands-parents, aux enfants.

Les conditions pour nous proposer un article :

- Jusqu'à 250 mots maximum
- Nom, civilité, adresse et courriel de l'auteur
- Affiliation
- Brève Biographie (5 à 10 lignes)
- Site internet (s'il existe)
- Merci d'être précis en mentionnant les détails lorsque c'est nécessaire : noms des lieux, des personnes, et dates exactes.

S'il y a beaucoup d'informations, merci de faire parvenir un résumé de 250 mots ou moins, de mentionner une adresse url de site internet ou un lien pour que les lecteurs puissent accéder à l'article ou au compte-rendu complet.

37. Comment s'abonner / se désabonner

Merci de partager ce bulletin avec vos proches ou vos collègues. S'ils souhaitent recevoir eux aussi le bulletin, ils peuvent écrire à gims_gifs@yahoo.com et préciser la langue dans laquelle ils souhaitent recevoir ce bulletin (anglais, espagnol, français, portugais)

Pour plus d'informations, écrire à Pushpa Panadam pushpapanadam@yahoo.com et Rebecca Magalhães beckyann1939@yahoo.com

Soutenir l'allaitement : soutenir le Bulletin de MSTF. Par les coordinatrices et rédactrices du GSM.

Le premier numéro du Bulletin du GSM a été publié au dernier trimestre de l'année 2003, et nous entrons dans la 9^e année de sa parution. Les 8 premiers numéros du bulletin ont été publiés en 3 langues : anglais, espagnol et français. La version portugaise est apparue pour la première fois pour le Vol. 3 No 4 en 2005. Le bulletin en versions arabe et chinoise est apparu pour la première fois Vol 9 No 1 en 2011.

Ce bulletin est un moyen de communication qui touche les mères qui allaitent, les mères, les organisations de soutien, qui partagent récits et informations. Il nous aide toutes et tous, qui travaillons pour l'allaitement, à nous sentir soutenus et appréciés pour ce que nous faisons, et à améliorer notre manière d'aider les mères, les pères, les familles et les populations autour de l'allaitement.

Pourtant, notre bulletin a aussi besoin de votre soutien. Vous pouvez nous aider en diffusant chaque numéro et en nous faisant savoir :

1. Combien de personnes le reçoivent directement des rédactrices
2. Combien de personnes le téléchargent sur le site de WABA
3. Combien de personnes le reçoivent par votre intermédiaire, vous qui êtes abonné
4. Combien de personnes lisent ce bulletin dans sa version papier grâce à votre organisation s'il n'y a pas d'accès facile à Internet.

Les opinions et informations exprimées dans les articles de ce numéro ne reflètent pas nécessairement les idées et la politique de WABA, du Groupe de Soutien aux Mères (GSM) et des Rédactrices du Bulletin. Pour plus d'information, ou pour une discussion précise, merci de contacter directement les auteurs par mail.



L'Alliance Mondiale pour l'Allaitement (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 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 et l'Académie de Médecine pour l'Allaitement Maternel (ABM). 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).

WABA, PO Box 1200, 10850 Penang, Malaisie • T: 604-658 4816 • F: 604-657 2655 • W: www.waba.org.my

Merci de noter les changements de courriel de WABA suivants :

1. Renseignements généraux : waba@waba.org.my
2. Informations & questions : info@waba.org.my
3. Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel : wbw@waba.org.my

Le GSM est l'un des sept groupes qui appuient le travail de l'Alliance Mondiale pour l'Allaitement (WABA)

“Une femme bien informée et à qui on a donné confiance en elle-même a toutes les chances de réussir son allaitement”

Préambule : Hirkani's Daughters. Marta Trejos, Costa Rica et Sarah Amin, Malaisie, Groupe d'égalité homme-femme de WABA, 2006