



Le Comité régional en allaitement célèbre son dixième anniversaire

Janvier 1996, Nicole Doré ne chôme pas ! À l'époque, elle est répondante en allaitement au Centre de santé publique de Québec, ancien nom de la Direction régionale de santé publique (DRSP) de la Capitale-Nationale. Elle lance un appel aux partenaires et met en place un comité qui deviendra le Comité régional en allaitement de la Capitale-Nationale (CRACN). Aujourd'hui, aux sons des tambours et trompettes, nous célébrons ses dix ans d'activités.

Le comité a inscrit de nombreuses réalisations à son actif grâce à la volonté et à l'énergie déployées par les partenaires qui en font partie, tout particulièrement les membres du Comité de concertation des groupes d'entraide en allaitement. La liste des projets est longue et les courses effrénées pour respecter les échéanciers sont toutes aussi spectaculaires.

Les membres du CRACN souligneront cet événement lors de leur réunion du 19 avril prochain. Retrouvailles, anecdotes, prix de présences, surprises, jeux et petites douceurs seront au rendez-vous. Pour l'occasion, quatre des membres de l'équipe en périnatalité du Centre hospitalier de Saint-Eustache, agréé Amis des bébés depuis 2004, partageront leur expérience.



Il reste encore bien des défis à relever au cours des prochains dix ans. Tout particulièrement la mise en œuvre de l'*Initiative des amis des bébés* dans les hôpitaux et les CSSS de la région. En espérant travailler à vos côtés encore de nombreuses années à la réalisation de ce projet et de bien d'autres à venir.

Sommaire

Le Comité régional en allaitement célèbre son dixième anniversaire	1
La Clinique d'allaitement du CHUQ : la situation actuelle	2
L'initiative des amis des bébés : un moyen concret à l'intention des établissements de santé visant le respect des rythmes physiologiques et biologiques du nourrisson et de sa mère	3
La Semaine mondiale de l'allaitement maternel (SMAM) 2006 dans la région de la Capitale-Nationale	7
Formation en allaitement	8
La journée de reconnaissance des bénévoles	9
La vidéocassette/DVD Devenir parents...Allaiter bébé	8
L'affiche « Néo-Sein »	9
Nouvelles du milieu	
- Salon d'allaitement à l'Université Laval	10
- Biologie de l'allaitement	10
- CLSC de la Pommeraie	10
- Lait-vasion	10
Pour que l'allaitement devienne la norme...	11
À noter à vos agendas	12

Remerciement tout particulier à deux jeunes femmes exceptionnelles

Je tiens à remercier Julie Fortier et Stéphanie Michon, deux étudiantes en nutrition communautaire de l'Université Laval et stagiaires à la DRSP en février et mars 2006. Elles ont grandement contribué à la rédaction de ce bulletin, dont la dernière édition est parue en avril 2005. *Le Lactazine* d'avril 2006 a pu voir le jour grâce à leur efficacité et leur efficience.

Monik St-Pierre
Coordonnatrice du CRACN

La Clinique d'allaitement du CHUQ : la situation actuelle

Le 16 février 2006, la clinique d'allaitement du CHUQ célébrait ses deux ans d'existence. Pendant cette période, elle a accueilli un peu plus de 1 000 dyades mère-enfant aux prises avec des difficultés importantes en ce qui concerne l'allaitement. Près de 30 % d'entre elles résident à l'extérieur du territoire de la Capitale-Nationale, principalement dans la région Chaudière-Appalaches. La clinique a également reçu des clientes provenant d'autres régions tels Trois-Rivières, Saguenay-Lac-St-Jean et Bas-St-Laurent. Au cours d'une année, on estime que 8 % de toutes les femmes de la région qui allaitent consultent la clinique à un moment ou à un autre de leur expérience.

Ces femmes ont été dirigées vers la clinique par des intervenants du réseau de la santé, des médecins, des sages-femmes et des bénévoles des groupes d'entraide en allaitement. Pour la première année d'activité de la clinique, 36 % de ces références provenaient des CLSC, 17 % des centres hospitaliers, 18 % des groupes d'entraide, 7 % des médecins (excluant ceux des CLSC), 4 % des sages-femmes et 18 % n'étaient pas identifiées.

Outre les services de soins spécialisés que fournit la clinique, elle offre également aux résidents en médecine et aux intervenants du réseau de la santé la possibilité de participer à des stages d'observation d'une journée. Au cours de la dernière année, 113 stagiaires ont participé à cette activité de formation. Plus de 55 % d'entre eux sont des résidents en médecine familiale ou en pédiatrie. Les infirmières en périnatalité des CLSC participent également en grand nombre à ces stages. La clinique a aussi accueilli sept intervenants et médecins d'autres régions (Outaouais, Gaspésie-Iles-de-la-Madeleine, Chaudière-Appalaches, Bas-St-Laurent et Estrie). Il semble que l'on doive cependant refuser plusieurs demandes provenant de l'extérieur puisque 26 infirmières en CLSC sont toujours sur la liste d'attente pour participer à ce stage, et les plages horaires sont déjà complètes jusqu'au mois d'août 2006.



Par ailleurs, le *Programme de subventions en santé publique* (PSSP) a permis à la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale (DRSP) de s'associer à d'autres partenaires afin d'évaluer les effets sur la durée de l'allaitement des services reçus à la clinique. Anne-Marie Hamelin, professeure et associée au Groupe d'études en nutrition publique de l'Université Laval ainsi que Caroline Lamontagne, étudiante à la maîtrise au département des Sciences des aliments et de nutrition de l'Université Laval, Sylvie Perreault, agente de planification du département d'évaluation de la performance et de l'ingénierie du CHUQ, ainsi que Nathalie Garon, directrice des programmes d'adaptation sociale et de la santé publique du CSSS de Trois-Rivières, sont des partenaires essentielles à la réalisation de ce projet. En avril 2006, on procédera à la collecte de données auprès de 50 femmes ayant utilisé la clinique d'allaitement (groupe expérimental) et de 50 femmes aux prises avec des difficultés importantes liées à l'allaitement ayant consulté le CLSC des Forges du CSSS de Trois-Rivières (groupe témoin). On mènera ensuite des

entrevues approfondies avec quelques-unes de ces femmes. Les résultats préliminaires de cette évaluation seront disponibles en début d'automne 2006.

Depuis l'ouverture de la clinique, la DRSP libère ses consultantes en lactation, Cécile Fortin et Marie-Josée Santerre, afin d'offrir un soutien au démarrage des activités de la clinique. Ces dernières travaillent toujours de concert avec un médecin. Ce tandem consultante méde-

cin améliore grandement l'efficacité du service et la satisfaction de la clientèle, puisque la consultante joue le rôle principal dans l'intervention liée au problème d'allaitement et le médecin s'intéresse davantage aux aspects médicaux. Outre la présence du pédiatre Jean-Claude Mercier, plusieurs omnipraticiens, associés à l'Unité de médecine familiale du CHUL, ou à l'Hôpital Saint-François d'Assise, se sont joints à l'équipe : Martin Lalinec-Michaud, Myriam Tremblay, Nadine Dubois et Stéphanie Côté. Par ailleurs, la D^{re} Monique Plante s'est retirée du projet après avoir offert une importante contribution au service.

Cette clinique de référence constitue un modèle d'intervention unique dans l'ensemble du Québec puisque ses activités sont intégrées à la trajectoire de services du réseau de la santé. De plus, seules les dyades mère-enfant dirigées par la première ligne d'intervention peuvent obtenir une consultation. La rétroaction établie entre les intervenants des secteurs de première ligne et ceux de ce service spécialisé permet ainsi de consolider l'expertise et d'assurer un service de

première qualité. Selon les acteurs interpellés par ce service, parents, intervenants, bénévoles, médecins, sages-femmes et gestionnaires, la présence d'une clinique d'allaitement s'avère essentielle dans un contexte où de plus en plus de femmes allaitent pour une plus longue période.

Monik St-Pierre

L'initiative des amis des bébés :

un moyen concret à l'intention des établissements de santé visant le respect des rythmes physiologiques et biologiques du nourrisson et de sa mère

Le Comité régional en allaitement de la Capitale-Nationale (CRACN) tient à remercier l'Ordre professionnel des diététistes du Québec d'avoir accepté de partager cet article paru dans la revue de l'OPDO à l'automne 2005 (*NUTRITION science en évolution*, Vol. 3 no 2, pages 11 à 13)

L'article n'a subi aucune modification et s'adresse donc principalement aux diététistes/nutritionnistes, mais permet aux intervenants d'autres domaines de mieux comprendre les bases scientifiques sur lesquelles s'appuie l'Initiative des Amis des Bébé (IAB). Il faut également prendre note que le CLSC et CHSLD de La Pommeraie a été agréé IAB depuis la parution de l'article.

L'allaitement maternel est le meilleur moyen de fournir une alimentation optimale pour la croissance et le développement du nourrisson. Il a aussi des répercussions importantes sur la santé de la mère. Les effets bénéfiques de l'allaitement sur la santé de la mère et de l'enfant sont souvent liés à sa durée et à son exclusivité^{1,2}. Plusieurs associations professionnelles et organismes nationaux et internationaux ont pris position en faveur de l'allaitement maternel. Ceux-ci recommandent un allaitement exclusif* pour les six premiers mois de vie du nourrisson^{1,3,4,5,6} et la poursuite de l'allaitement jusqu'à au moins 1^{4,6} ou 2 ans^{3,5,7}, avec l'ajout d'aliments complémentaires sûrs et adéquats sur le plan nutritionnel.

En dépit de ces recommandations, près des trois quarts (72 %) des nourrissons québécois nés à la fin des années 90 étaient allaités à la naissance, mais les taux chutaient rapidement par la suite. Bien que 41 % des nourrissons étaient nourris au sein pendant au moins

quatre mois, seulement 6 % l'étaient de façon exclusive, pour la même période. Dès la première semaine suivant la naissance du bébé, la prévalence d'allaitement total** chute de 5 % alors que celle de l'allaitement exclusif diminue de 16 %⁸.



Le rôle des pratiques de soins dans cette cessation précoce de l'allaitement total et exclusif, durant la période critique des premières semaines et des premiers mois de vie de l'enfant, est indéniable. Un soutien adéquat doit être offert aux femmes qui allaitent afin qu'elles développent une confiance dans leur capacité à allaiter. Plus confiantes, elles peuvent résoudre elles-mêmes leurs difficultés d'allaitement, ou faire en sorte de les éviter autant que possible. Pour contribuer à une expérience d'allaitement positive, les établissements de santé devraient mettre en place des pratiques de soins favorisant l'allaitement, telles que celles préconisées par l'Initiative des hôpitaux amis des bébés (IHAB)⁹.

vraient mettre en place des pratiques de soins favorisant l'allaitement, telles que celles préconisées par l'Initiative des hôpitaux amis des bébés (IHAB)⁹.

* L'allaitement exclusif signifie qu'on ne donne au nourrisson aucun autre aliment ni boisson, y compris de l'eau (à l'exception de médicaments et de gouttes de vitamines ou de sels minéraux ; le lait maternel exprimé est également accepté).

** L'allaitement total regroupe l'ensemble des enfants qui ont été allaités, qu'ils aient reçu ou non d'autres formes de liquides ou de solides en complément à leur alimentation.

L'Initiative des hôpitaux amis des bébés à l'échelle mondiale

Cette initiative a été lancée en 1991 par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et l'UNICEF à la suite de la Déclaration d'Innocenti¹⁰. Elle incite les établissements de santé à encourager le démarrage et l'instauration durable de l'allaitement exclusif en créant un environnement favorable aux mères et aux bébés, où l'allaitement y constitue la norme. L'IHAB est venue appuyer le respect du Code international de commercialisation des substituts du lait maternel (voir l'article sur le Code), adopté en 1981 par l'Assemblée mondiale de la santé. De plus, elle privilégie l'adoption de pratiques favorables à l'allaitement décrites dans les *Dix conditions pour le succès de l'allaitement maternel*. Celles-ci constituent la pierre angulaire de l'IHAB et le standard international pour les services de maternité visant à proposer des normes de pratiques fondées sur des données probantes¹¹ pour soutenir et promouvoir l'allaitement maternel. Plusieurs études scientifiques ont démontré l'efficacité de l'implantation des dix conditions et le respect du Code pour augmenter l'amorce, la durée et l'exclusivité de l'allaitement maternel^{11,13, 14, 15, 16} ainsi que pour améliorer la santé des nourrissons¹³ et la qualité des soins. On a constaté au Bélarus, dans le cadre d'une étude randomisée réalisée auprès de 17 046 dyades mère-enfant, que l'implantation de l'IHAB avait entraîné une augmentation significative de la durée et de l'exclusivité de l'allaitement à 6 mois ainsi qu'une diminution du risque d'infection gastro-intestinale et d'eczéma atopique durant la première année de vie de l'enfant¹³.

En avril 2004, on comptait plus de 19 000 établissements certifiés *Amis des bébés* répartis dans 138 pays¹², dont 5 établissements au Canada. En Suède, tous les établissements où ont lieu des accouchements sont maintenant désignés *Amis des bébés*¹.

L'Initiative des amis des bébés : la principale stratégie pour favoriser l'allaitement maternel au Québec

En 1998, le Comité canadien pour l'allaitement a élargi l'Initiative pour inclure, en plus des services de maternité, les services de santé communautaire (au Québec, les CLSC) qui jouent un rôle déterminant dans la promotion et le soutien de l'allaitement. L'IHAB devient donc l'Initiative des amis des bébés (IAB)¹. Les sept étapes du Plan de protection, de promotion et de soutien à l'allaitement maternel en santé communautaire (le Plan en sept étapes)¹⁷, constituent un prolongement aux services de santé communautaires selon les principes formulés dans les dix conditions, représentent les normes de pratiques exemplaires pour

les soins à donner aux femmes, aux nourrissons et aux familles dans les CLSC.

La désignation *Ami des bébés* est attribuée aux établissements qui passent avec succès une évaluation externe approuvée par le Comité québécois en allaitement et entérinée par le Comité canadien pour l'allaitement. L'Hôpital Brome-Missisquoi-Perkins de Cowansville (CSSS de la Pommeraie) fut le premier établissement au Québec et au Canada à recevoir, en 1999, la désignation *Hôpital ami des bébés*. Le Centre hospitalier Saint-Eustache (CSSS Deux-Montagnes/Sud-de-Mirabel), la Maison de naissance Mimosa (CSSS du Grand Littoral) et le CLSC d'Argenteuil (CSSS D'Argenteuil) sont les autres établissements du Québec à avoir obtenu la désignation *Ami des bébés* jusqu'à maintenant. L'établissement doit être réévalué cinq ans plus tard s'il souhaite conserver son statut d'établissement *Ami des bébés*. Au Canada, l'Hôpital Brome-Missisquoi-Perkins est le seul établissement à avoir franchi cette deuxième étape.

Le *Programme national de santé publique 2003-2012* prévoit la mise en œuvre de l'Initiative des amis des bébés dans toutes les régions du Québec. Il s'agit de la principale mesure retenue par le ministère de la Santé et des Services sociaux pour favoriser l'allaitement maternel¹⁸. Depuis le lancement du Programme national de santé publique et des lignes directrices ministérielles en matière d'allaitement maternel¹ en 2001, le Ministère et les régions ont redoublé d'efforts afin de mettre en place différentes mesures (Comité québécois en allaitement, comités régionaux et sous-régionaux, activités de formation pour les intervenants, pratiques de soins qui soutiennent l'allaitement, mécanismes de continuité des soins, etc.) en vue de favoriser l'implantation de l'IAB dans les centres hospitaliers, les maisons de naissance et les CLSC. Les groupes d'entraide en allaitement et les organismes communautaires constituent des partenaires essentiels dans l'atteinte des objectifs ministériels et régionaux au regard de l'allaitement maternel.



Maison de naissance Mimosa, agréée IAB

En instaurant un processus menant à la certification des établissements de santé, on ne s'attend pas nécessairement à ce que toutes les mères allaitent leur bébé, mais plutôt à favoriser une prise de décision éclairée et à s'assurer d'un environnement favorable à l'allaitement. Si une mère prend, en toute connaissance de cause, la décision de ne pas allaiter, les intervenants doivent la soutenir et s'assurer qu'elle offrira à son bébé la préparation commerciale pour nourrissons d'une façon sûre et nutritive. Les pratiques de soins recommandées dans les dix conditions sont aussi favorables aux bébés non allaités et à leur famille : contact précoce peau à peau, proximité des parents et du nouveau-né, cohabitation, alimentation à la demande, enseignement personnalisé aux parents, orientation vers le CLSC à la sortie de l'hôpital¹.

Le rôle des diététistes/nutritionnistes dans l'implantation de l'Initiative des amis des bébés

Les professionnels de la santé œuvrant auprès des femmes, des nourrissons et des familles ont un rôle important à jouer dans le démarrage et la réussite de l'allaitement. Ils doivent fournir aux femmes et aux familles des informations justes et scientifiques, les préparer et les soutenir dans leur expérience d'allaitement. Ces responsabilités appartiennent au médecin, à la diététiste/nutritionniste, à l'infirmière, à la consultante en allaitement et à la sage-femme, et prennent une importance particulière en période prénatale et postnatale.

Les diététistes/nutritionnistes, tout comme les autres professionnels de la santé, doivent fonder leurs actions sur les *Dix conditions pour le succès de l'allaitement maternel* et sur le respect du *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel*⁶.

La *Position de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec pour la création d'un environnement favorable à l'allaitement*⁶ situe très clairement le rôle des diététistes/nutritionnistes dans le rétablissement d'une culture d'allaitement maternel au Québec. Elles sont interpellées dans leurs actions auprès de la clientèle mais aussi dans l'orga-

nisation des services et dans la communauté. Pour bien jouer leur rôle, elles ont la responsabilité de se doter d'une formation adéquate sur l'allaitement (telle la formation de 18 heures recommandée par l'OMS et l'UNICEF) et d'assurer la mise à jour régulière de leurs connaissances et de leurs compétences.

Les diététistes/nutritionnistes ont la responsabilité, chaque fois qu'elles en ont l'occasion et dès les premiers contacts, d'informer les femmes enceintes, leur conjoint et leur famille des conséquences du non-allaitement, des recommandations sur la durée et l'exclusivité de l'allaitement et des pratiques qui facilitent le démarrage et le maintien de l'allaitement (contact précoce peau à peau, tétée précoce, cohabitation, absence de suppléments à moins de raisons valables, non-utilisation de tétines artificielles, allaitement à la demande, bonne position et prise du sein, expression manuelle du lait, informations sur la contraception et la conciliation travail-allaitement, etc.). De plus, elles doivent apporter le soutien nécessaire aux mères pour favoriser le maintien de l'allaitement exclusif jusqu'à l'âge de 6 mois et la poursuite de l'allaitement après 6 mois avec l'ajout d'aliments complémentaires appropriés, orienter les mères vers les ressources professionnelles et bénévoles en allaitement dans la communauté, et respecter les principes du Code.

L'expertise de la diététiste/nutritionniste devrait être aussi mise à contribution dans l'élaboration et la mise en œuvre de la politique d'allaitement et dans la concertation interprofessionnelle et inter-établissements en vue d'assurer la continuité et la complémentarité des services. Par exemple, elle devrait faire partie du comité d'implantation de l'IAB de son établissement. C'est le cas de Céline Juneau, nutritionniste au CLSC La Source (CSSS de Québec-Nord), qui est très active au sein du comité de son établissement. Elle participe à la détermination et à la mise en œuvre des stratégies d'action IAB, notamment aux activités de sensibilisation qui ciblent le personnel de son établissement. Avec son comité, elle a amené le personnel et les gestionnaires à modifier leurs pratiques afin qu'ils donnent un meilleur soutien aux femmes qui allaitent.



Les avantages pour les familles et l'établissement de santé à implanter l'Initiative des amis des bébés

L'IAB est une démarche centrée sur l'enfant et sa famille plutôt que sur l'organisation. Dans un établissement *Ami des bébés*, les soins sont personnalisés et adaptés aux besoins des nourrissons et des familles dans le respect de l'autonomie et des compétences parentales. La proximité des parents et du bébé facilite un lien d'attachement, la connaissance du nouveau-né, le respect de ses besoins ainsi que l'acquisition et le renforcement des compétences parentales. Les pratiques de soins entourant le début de la maternité, telles que la tétée précoce ou l'allaitement à la demande, visent le respect de la physiologie et des rythmes biologiques du nourrisson. L'implantation de l'IAB s'inscrit dans un processus visant la qualité des soins offerts aux nourrissons et aux familles. C'est en quelque sorte une assurance qualité pour la clientèle de l'établissement. Dans un établissement *Ami des bébés*, les lieux sont accueillants pour les mères qui allaitent. Un local y est aménagé pour les femmes qui désirent allaiter confortablement.



La mise en place de l'IAB est un projet rassembleur puisqu'il incite tous les secteurs de l'organisation à se mobiliser pour favoriser l'adoption d'une politique et des pratiques de soins favorables à l'allaitement. Elle permet d'établir une vision commune au sein de l'organisation puisque tous les secteurs sont concernés et interpellés dans la poursuite du même but, soit favoriser la promotion, le soutien et la protection de l'allaitement. « L'engagement et le soutien de la direction de même que la nomination d'au moins une personne-ressource en allaitement sont des éléments essentiels à la mise en œuvre de l'IAB », estiment Monique Thérien et France Lebrun, respectivement chef de service enfance-famille-jeunesse-adulte au CLSC d'Argenteuil et infirmière-chef au Centre hospitalier Saint-Eustache. L'implantation de l'IAB nécessite également une approche concertée entre les différents partenaires afin de s'assurer de l'harmonisation des messages de même que de la complémentarité et de la continuité des services.

L'*Initiative des amis des bébés* est un outil formidable au service des professionnels de la santé et au bénéfice des parents. Elle incite les établissements de santé à réfléchir sur la nature et les objectifs de soins de façon à les recentrer sur l'enfant, la mère et la famille. Dans un établissement *Ami des bébés*, les parents se sentent rassurés d'être bien entourés, bien informés et bien soutenus par le personnel. Un bon soutien augmente leur confiance en leurs capacités à résoudre eux-mêmes les difficultés d'allaitement, ce qui réduit le risque de cessation précoce. Quant aux professionnels de la santé, ils se sentent plus valorisés et stimulés. Ceux-ci étant incités à ne pas juger mais plutôt à observer, à évaluer, à informer, à soutenir et à accompagner les parents sans se substituer à eux, leur pratique est ainsi orientée de façon à faciliter l'autonomisation (« empowerment ») des parents. Une action concertée de tous les intervenants qui travaillent dans le domaine, en collaboration étroite avec la direction de leur établissement, est indispensable pour soutenir adéquatement les parents, de façon à faire de l'allaitement une expérience positive.

Lydia Rocheleau,
M.Sc., Dt.P.
Agente de planification
et de programmation
ASSS de la Montérégie -
Direction de santé publique

RÉFÉRENCES

1. Ministère de la Santé et des Services sociaux. *L'allaitement maternel au Québec : lignes directrices*. Québec, MSSS, 2001, 75 p.
2. Kramer M.S., et R. Kakuma. *The optimal duration of exclusive breastfeeding. A systematic review*, 2002, [en ligne] www.who.int/nut/documents/optimal_duration_of_exc_bfeeding_review_eng.pdf.
3. Organisation mondiale de la Santé. *Durée optimale de l'alimentation au sein exclusive*, Communiqués de presse, 3 avril 2001. [en ligne] www.who.int/inf-pr-2001/fr/note2001-07.html.
4. « Breastfeeding and the use of human milk. Policy Statement », *Pediatrics*, 2005, 115 (2) : 496-506, 2005.
5. Santé Canada. *Durée de l'allaitement maternel exclusif, Recommandation de Santé Canada*, 2004. [en ligne] www.santecanada.ca/nutrition
6. Ordre professionnel des diététistes du Québec. *Position de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec pour la création d'un environnement favorable à l'allaitement*, Montréal, juin 2002.
7. Organisation mondiale de la Santé. *Stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant*, Genève, 2003, 30 p.
8. DUBOIS, L., et coll. « *L'alimentation du nourrisson* », *Étude longitudinale du développement des enfants du Québec*, ÉLDEQ 1998-2002, 2000, 54 p.
9. Unicef/Organisation mondiale de la Santé. *Les Règles Mondiales de l'Initiative OMS/UNICEF pour des Hôpitaux Amis des Bébé*s - 1 -, New York, 1992, 6 p.

10. Organisation mondiale de la Santé/UNICEF. *Déclaration d'Innocenti sur la protection, l'encouragement et le soutien de l'allaitement maternel*, Florence, 1990.
11. Organisation mondiale de la Santé. *Données scientifiques relatives aux Dix Conditions pour le succès de l'Allaitement*, Genève, Système de santé et santé communautaire, Département Santé et Développement de l'enfant et de l'adolescent, 1999, 122 p.
12. Organisation mondiale de la Santé. *Mise en œuvre de résolutions : rapports de situation*, Avril 2004, 18 p. [en ligne] www.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_18-fr.pdf
13. Kramer, M.S., et coll. « Promotion of Breastfeeding Intervention Trial (PROBIT) : a randomized trial in the Republic of Belarus », *JAMA*, 2001, 285 (4) : 413-420.
14. DiGirolamo, A.M., L.M. Grummer-Strawn, et S. Fein. « Maternity care practices : implications for breastfeeding », *Birth*, 2001, 28 (2) : 94-100.
15. Philipp, B.L., et coll. « Baby-friendly hospital initiative improves breastfeeding initiation rates in a US hospital setting ». *Pediatrics*, 2001, 108 (3) : 677-681.
16. Wright, A., S. Rice, et S. Wells. « Changing hospital practices to increase the duration of breastfeeding ». *Pediatrics*, 1996, 97 (5) : p. 669-675.
17. Comité canadien pour l'allaitement. *L'Initiative des amis des bébés dans les services communautaires : Guide canadien de mise en œuvre*, 2003, 99 p.
18. Ministère de la Santé et des Services sociaux. *Programme national de santé publique 2003-2012*, Québec. MSSS, 2003, 133 p.

La Semaine mondiale de l'allaitement maternel (SMAM) 2006

dans la région de la Capitale-Nationale

Du 1^{er} au 7 octobre prochain se déroulera la *Semaine mondiale de l'allaitement maternel* (SMAM). Célébrée dans plus de 120 pays, cette initiative est le fruit du travail de la « World Alliance for Breastfeeding Action » (WABA) qui a comme objectif principal de protéger, de promouvoir et de soutenir l'allaitement partout dans le monde. Chaque année, le Comité de concertation des groupes d'entraide (COCOGRN) de notre région, en collaboration avec le CRACN, élaborent divers projets ou activités afin de souligner cette semaine particulière. À Québec, en octobre 2000, on voulait battre le record Guinness du plus grand nombre de femmes allaitant au même endroit et au même moment. Ainsi se sont réunies, au centre commercial Place Fleur de Lys, 237 femmes, accompagnées de leur enfant et de membres de leur famille. Plus de 800 personnes étaient donc présentes lors de cette journée. Malgré que l'on n'ait pas battu le record établi, cette journée formidable restera sans doute gravée dans la mémoire de tous ceux et celles qui y ont participé.

Cette année, le comité organisateur de Québec de la SMAM aimerait revenir en force avec un événement semblable à celui de 2000, en essayant une deuxième fois de battre le record Guinness. La Ville de Bekerley en Californie a remporté cette victoire en 2002 en rassemblant 1 130 femmes allaitant leur enfant en même temps. C'est un défi de taille à relever, mais il est techniquement réalisable. L'événement aura lieu le 30 septembre 2006 à 11h00. Le lieu est à déterminer.

Par ailleurs, d'autres régions du Québec inviteront également les femmes de leur territoire qui allaitent à se

rassembler à un même endroit sans toutefois s'inscrire au record Guinness. Elles participeront cependant au *Défi Allaitement Quintessence*, une initiative mise en œuvre partout en Amérique du Nord et en Europe et qui se veut une occasion de célébrer l'allaitement en solidarité. De ce fait, de tels rassemblements prendront place ailleurs dans la province et même au pays.

Le comité régional a choisi de se doter d'un thème particulier, soit le retour au travail ou aux études et la poursuite de l'allaitement. Cette idée est née de la difficulté qu'éprouvent beaucoup de mères à concilier l'allaitement avec un retour possible aux études ou au travail. Ces étapes font souvent obstacle à la poursuite de l'allaitement, entre autres dû au manque de soutien des milieux dans lesquels évoluent les mères. Nous souhaitons donc les sensibiliser afin qu'elles se préparent bien à ces changements et offrir aux employeurs les outils nécessaires pour que ces derniers soient en mesure d'établir des politiques de soutien à l'allaitement.



Membres du Cocogren, Manon Méthot, Marie-Josée Asselin, Nancy Pilote, Gaël, le fils de Caroline Lafrance, Chantal Dionne, et Annie Turcotte, absente sur la photo.

Nous vous invitons à faire circuler l'information sur cette activité d'envergure dans votre milieu afin que nous puissions atteindre un taux de participation inégalé pour cette journée!

Au cours des prochains mois, le CRACN vous tiendra informé des modalités d'inscription pour les femmes désirant participer au record Guinness. Une belle façon de discuter d'allaitement sur la place publique.

Formation en allaitement

Outre les séances de formation régulières qu'offre la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale (DRSP) à l'intention des bénévoles des groupes d'entraide, des intervenants en CSSS, des résidents, du personnel d'Info-Santé et des étudiants de l'Université Laval, d'autres séances de formation sont offertes à la carte, selon les besoins particuliers à chaque milieu. Voici quelques-unes des séances de formation qui ont eu cours pendant l'année.

Groupe d'étude pour spécialistes en allaitement IBCLC (Bureau international des consultantes certifiées en lactation)

Cette année, la DRSP soutient les 25 membres d'un groupe d'étude pour spécialistes en allaitement qui doivent se préparer à passer l'examen international, en juillet 2006, visant l'obtention de la certification de consultante en allaitement l'IBCLC. Cette certification doit être renouvelée tous les 5 ans. Le groupe est formé de 25 membres venant de plusieurs milieux de la région ou de l'extérieur :

- Centre Mère-Enfant (10)
- Maison de naissance Mimosa (4)
- Groupes d'entraide (2)
- CLSC (1)
- Hôpital St-François d'Assise (1)
- Divers milieux de l'extérieur de la région (5)
- Consultantes en processus de recertification (2)

Ces participants ont été guidés dans leur démarche par trois formatrices, Marie-Josée Santerre et Cécile Fortin, IBCLC et consultantes en allaitement à la Direction régionale de santé publique, ainsi que Chantal Labbé, infirmière en périnatalité à l'Hôpital Saint-François d'Assise (CHUQ) et IBCLC, en plus du soutien ponctuel du Dr Jean-Claude Mercier, pédiatre. L'examen aura lieu au mois de juillet 2006. Nous souhaitons à toutes et à tous bonne chance!

Séance de formation pour les bénévoles expérimentées

En plus du groupe d'étude des spécialistes en allaitement, on a offert, le 17 septembre dernier (2005), une séance de formation aux bénévoles expérimentées des groupes d'entraide. Cumulant de 3 à 25 ans d'expérience, les bénévoles ont pu mettre à jour leur savoir dans le cadre du volet *Mise à jour en vrac !*. Voici quelques-uns des thèmes abordés : l'expression du lait maternel, le massage du sein nouvelle version, l'intolérance au lactose et l'allergie aux protéines bovines, la prise en sandwich démythifiée et simplifiée. De plus, la prestation du volet *Introduction aux études de cas* a permis aux bénévoles d'en connaître davantage sur le travail d'équipe au sein de la clinique d'allaitement du CHUQ et de s'interroger sur divers cas d'allaitement plus étranges les uns que les autres. Les quelque vingt participantes à cette journée ont indiqué que l'expérience avait été très enrichissante, puisqu'elle leur avait donné l'occasion de mettre à jour leurs connaissances tout en échangeant avec leurs collègues.

La vidéocassette/DVD

Devenir parents...Allaiter bébé

La vidéocassette intitulée *Devenir parents...Allaiter bébé* est maintenant disponible en anglais ! C'est l'histoire de Mélanie et de Jean-Sébastien, nouveaux parents. On y aborde principalement les changements qui surviennent et les défis à relever à l'arrivée d'un nouveau-né, ainsi que les réalités de l'allaitement. Cette vidéocassette, également offerte en format DVD, est un bon outil pour les intervenantes et les bénévoles qui soutiennent les parents dans leur nouveau rôle. La version anglaise permettra certainement d'épauler un plus grand nombre de femmes et d'hommes dans cette belle aventure qu'est celle de devenir parent.

Pour vous procurer la vidéocassette, en français ou en anglais, ainsi que le guide d'animation, écrivez à l'adresse courriel suivante : vdo.allaitement@ssss.gouv.qc.ca ou encore, téléphonez au (418) 666-7000, poste 434.



La journée de reconnaissance des bénévoles

Imaginez une société où il n'y aurait pas de personnes généreuses de leur temps et de leur énergie, ces gens que nous appelons les bénévoles ? Ceux-ci sont essentiels au bien-être de notre collectivité. Tout comme la terre de nos jardins, elles aident à nourrir la vie. Tout comme les arbres de notre planète, elles apportent une bouffée d'air à notre quotidien. Elles sont généreuses parce qu'elles sont sensibles aux besoins de leurs semblables. Le bonheur de leur prochain leur apporte tout autant de joie et d'allégresse que leur propre bonheur.

Les groupes d'entraide en allaitement de la région comptent plus de 140 de ces extraordinaires bénévoles que l'on a pris le temps de remercier lors de la Journée de reconnaissance des bénévoles, le samedi, 23 avril 2005. Lors de cette rencontre, il y a eu plusieurs activités importantes, dont une conférence donnée par la sage-femme Isabelle Brabant. La richesse et la profondeur de ses paroles ont su toucher la cinquantaine de femmes présentes. Le tout a été couronné d'une remise de cadeaux et d'un repas en leur honneur.



Chères bénévoles, le Comité régional en allaitement de la Capitale-Nationale et les mamans qui ont pu bénéficier de votre soutien tiennent à vous remercier sincèrement pour ce que vous êtes et ce que vous faites.



L'affiche « Néo-Sein »

Plusieurs d'entre vous ont probablement vu la nouvelle campagne de promotion lancée par les groupes d'entraide en allaitement de la région de la Capitale-Nationale via Zoom Media. L'affiche Néo-Sein vise le créneau de la publicité moderne, fondée sur le plaisir, le respect de l'environnement et l'efficacité instantanée.

Les conceptrices, Caroline Lafrance, coordonnatrice à Entraide Naturo-Lait, Manon Méthot, son homologue chez Allaitement Québec et Nancy Pilote, représentante du COCOGREN ont voulu faire la promotion des groupes d'entraide en utilisant la parodie de la découverte soudaine d'une chose qui existe depuis toujours. Le CRACN ne peut qu'applaudir cette idée originale ! D'ailleurs, voici quelques commentaires reçus : « J'en ai déjà une paire à la maison et j'en suis

ravi ! », nous dit un père. « Enfin quelque chose qui donne envie d'allaiter ! Enfin de l'humour ! Enfin on s'éloigne du devoir maternel ! Enfin on s'éloigne des discours « langue de bois » ! Enfin, merci les Québécoises ! Un peu d'air ! », lance une collègue française. « C'est de loin la plus belle publicité pour l'allaitement à l'intention du grand public que j'ai vue en plus de 30 ans de carrière BRAVO ! », clame une intervenante en CLSC.

Obtenez votre affiche NÉO-SEIN ! Pour vous procurer une affiche couleur en format 12,5 po. x 17 po., en écrivant à vdo.allaitement@ssss.gouv.qc.ca. Elles sont disponibles au montant de 5\$, plus 10 \$ pour les frais de manutention s'il y a lieu. Tous les profits seront remis au Comité de concertation des groupes d'entraide en allaitement de la région de la Capitale-Nationale.

Nouvelles du milieu

Salon d'allaitement à l'Université Laval

Le Comité de soutien à l'allaitement maternel (CSAM) du Bureau d'entraide en nutrition (BEN) travaille ardemment depuis plusieurs années afin d'amener l'Université Laval à soutenir et à favoriser l'allaitement. Les efforts du Comité porteront fruit sous peu. Nous sommes donc heureuses d'annoncer officiellement l'ouverture en septembre prochain (2006) du tout premier salon d'allaitement accessible à toutes les mères de la communauté universitaire. Ce salon sera situé au pavillon Charles-De Koninck et son implantation vise à favoriser la poursuite de l'allaitement dans un contexte de retour aux études. Vous trouverez sous peu des renseignements sur ce salon d'allaitement à l'adresse <http://csa.ulaval.ca>. Vous pourrez également y consulter les démarches que nous entreprenons, notre objectif étant d'ouvrir plusieurs autres salons sur le campus, entre autres deux salons dont on nous a confirmé l'implantation dans d'autres pavillons. Nous sommes convaincues que cette initiative donnera à l'Université Laval un caractère avant-gardiste et lui permettra d'acquérir la réputation d'appuyer les mères dans leur aventure d'allaitement.



Vous pouvez joindre le comité à l'adresse suivante : allaitement@hotmail.com.

Julie Fortier, vice-présidente
Stéphanie Michon, adjointe

Biologie de l'allaitement

Encore tout chaud, le livre *Biologie de l'allaitement* vient de sortir sur les tablettes. Dans cet ouvrage plus que complet, les auteures démontrent, à partir de données probantes, que l'allaitement maternel diffère de l'alimentation fournie par une préparation commerciale, et ce, sous presque tous les aspects examinés : le processus de synthèse et de sécrétion du lait, sa composition (nutriments, facteurs bioactifs, etc.) et les répercussions du mode d'alimentation du jeune enfant sur sa santé et sur son développement, des répercussions qui peuvent avoir une incidence aussi sur la mère, la famille et la collectivité. Les auteures de ce recueil

sont : **Micheline Beaudry**, Ph. D., professeure de nutrition publique à l'Université Laval et diététiste-nutritionniste, **Sylvie Chiasson**, M.A., IBCLC, consultante certifiée en lactation; biologiste de formation, elle détient une maîtrise en communication publique de l'Université Laval et **Julie Lauzière**, B. Sc., diététiste-nutritionniste, qui termine actuellement une maîtrise en nutrition à l'Université Laval. C'est un ouvrage que tous les intervenants dans le domaine de la périnatalité devrait avoir en main...une « bible », diront certains...



CLSC de la Pommeraie

Comme vous le savez, seul le Canada et la Grande-Bretagne permettent aux centres de santé communautaires d'obtenir la certification *Amis des bébés*. Au Québec, le CLSC d'Argenteuil n'est cependant plus le seul à avoir reçu cette désignation puisque le CLSC La Pommeraie en Montérégie est officiellement *Ami des bébés* depuis octobre 2005. Félicitations à tous les intervenants et les gestionnaires qui ont mis la main à la pâte afin de concrétiser ce projet ! Bravo encore et tous espèrent que plusieurs autres CLSC suivront votre exemple.

Lait-vasion

Dans le cadre de nos chroniques *Lait-vasion*, cette édition a pour but de vous divertir en vous racontant une partie de l'histoire d'allaitement d'une très grande dame ayant vécu à une autre époque que la nôtre, et ayant subi les affres d'une culture qui ne soutenait pas toujours les femmes qui désiraient allaiter.

Tout le monde connaît l'histoire de Sissi l'Impératrice. Cependant, sa véritable histoire est tout autre que celle présentée dans le roman film dans lequel Romy Schneider représentait Sissi. Saviez-vous que, Sissi l'impératrice Élisabeth d'Autriche (1834-1898) avait été allaitée par sa propre mère ? En effet, sa mère Lodovica, Altesse royale en Bavière, a nourri elle-même ses huit enfants. C'était évidemment contraire aux habitudes des femmes aristocrates de cette époque qui utilisaient habituellement les services d'une nourrice.

Mariée à 16 ans à François Joseph, empereur d'Autriche, Sissi tombe sous l'emprise de sa belle-mère, l'archiduchesse Sophie, rendant son adaptation à la cour plus que difficile. Un an après son mariage, Sissi donne naissance à la petite Sophie. Aussitôt, sa belle-mère s'empare du bébé et Sissi doit lutter pour garder sa fille près d'elle et l'allaiter. Après une semaine de sursis, teintée de bonheur, le médecin de la cour déclare, sur les ordres de l'archiduchesse, que la jeune impératrice n'a pas suffisamment de lait (un mythe vieux comme le monde !). La petite Sophie est dès lors emportée dans les appartements de sa grand-mère pour être nourrie artificiellement avec le lait au bout d'une pipette en coton reliée à un biberon. Sissi souffre énormément de cette séparation.

Le scénario se répète une deuxième fois lorsque, peu de temps après, Sissi met au monde Gisèle. À son abus de pouvoir, l'archiduchesse ajoute maintenant son mépris pour la jeune impératrice puisque que celle-ci n'a pas su donner un héritier à la couronne autrichienne. Sissi cède et abandonne sa lutte pour allaiter Gisèle. Cette dernière ainsi que sa sœur, la princesse Sophie, souffriront toutes deux de fréquentes et violentes crises de vomissements et de diarrhée. Malheureusement, Sophie, probablement déshydratée, meurt des suites d'un de ces malaises. Ce décès plonge Sissi dans une profonde dépression, et elle devient anorexique, une maladie dont elle souffrira toute sa vie. Pendant toutes ces années, elle se nourrira presque exclusivement de lait et d'oranges. Visiblement, OLO ne serait pas une invention du XX^e siècle !

La troisième grossesse de Sissi se passe très mal et l'accouchement dure plus de trente heures pendant lesquelles elle souffre énormément. Le travail n'avance pas, et même le médecin est désespéré. Toute la cour de Vienne est convaincue que l'impératrice va mourir et on chuchote dans les couloirs du palais royal qu'elle ne veut pas mettre au monde cet enfant de peur que sa belle-mère ne le lui arrache encore une fois. L'attente

est longue et pénible. Même sa belle-mère ne la quitte plus. Enfin, après un ultime effort, le très faible Rodolphe voit enfin le jour. Cette fois-ci, l'allaitement est accordé par la belle-mère. Hélas, aucune goutte de lait ne coule. Le médecin royal bande les seins de l'impératrice, tentant ainsi de provoquer une montée laiteuse, mais sans succès. Comme il s'agit de l'héritier du trône d'une des plus grandes puissances européennes, la décision d'avoir recours à une nourrice ne tarde pas. L'archiduchesse Sophie exige même de voir et de tâter personnellement l'opulence des seins de la nourrice.

Après ces trois éprouvantes expériences, Sissi décide de ne plus avoir d'enfant. Ce n'est que dix ans plus tard qu'elle revient sur cette décision. Celle qui a, de par son influence, renforcé la position de la Hongrie au sein de l'Empire, a décidé de lui donner un roi. Cependant, c'est une fille du nom de Marie-Valérie qui vient au monde. L'auteur de la biographie ne décrit pas si elle a été allaitée par sa mère, mais cela est fort probable puisqu'elle ne se séparait jamais de sa fille.

Née au début du XIX siècle, Sissi était une femme à l'esprit libre, et déterminée à vivre comme elle le voulait contre vents et marées. Ses maternités l'ont poussée vers l'engagement social. Elle meure en 1898 assassinée par un anarchiste, plongeant son époux dans une profonde tristesse.

L'Impératrice Élisabeth d'Autriche, dotée d'une beauté exceptionnelle, a tout fait, sauf ce que lui avait enseigné son éducation aristocratique : une princesse doit savoir s'ennuyer avec grâce...

**Sabina Stepien, autrefois membre du CRACN
en collaboration avec Stéphanie Michon et Julier Fortier
stagiaires en nutrition communautaires à la DRSP**

Tiré des livres BOGDAN, Henry. Histoire de Habsbourg : Des origines à nos jours, et de DUFOUR, Hortense. Les forces du destin.

Pour que l'allaitement devienne la norme...

Officiellement, tous s'entendent pour dire que la norme en matière d'alimentation des bébés devrait être l'allaitement maternel. Mais en réalité, qu'en est-il ? Nous n'avons pas besoin de chercher longtemps pour nous rendre compte que notre société associe encore le biberon à LA façon de nourrir un bébé. Voici quelques exemples.

Les publisacs regorgent de circulaires dans lesquelles on fait la promotion de préparations commerciales

pour nourrissons, utilisant parfois le terme *lait maternisé*. Certaines boutiques de maternité ou pour enfants s'associent aux fabricants de ces préparations afin d'offrir des promotions en prenant bien soin d'utiliser les coordonnées de leurs clientes pour envoyer des échantillons. Les micro-ondes dans les salles d'allaitement, pour faire réchauffer quoi, dites-nous ? Ou pire, des salles d'allaitement dans les toilettes. Et comment passer sous silence la diffusion grand public du dépliant de la Commission des normes

du travail dans lequel on présente deux images de bébé nourris au biberon ! Que dire de la majorité des poupées offertes sur le marché, qui sont vendues avec un biberon ou une suce. Ces deux objets sont omniprésents dans notre société, que ce soit sur les papiers d'emballage, les sacs-cadeaux, les bonbons, les affiches publicitaires ou dans le cadre d'événements pour bébé.

Ce ne sont là que quelques exemples et nous pourrions en nommer plusieurs. Plus souvent qu'autrement, il s'agit d'exemples flagrants de non respect du *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel*. Mais que pouvons-nous faire pour promouvoir l'allaitement et empêcher que de telles pratiques ne se répandent ?

Dans cette optique, le Comité de concertation des groupes d'entraide en allaitement (COCOGEN) a mis sur pied, il y a un peu plus d'un an, un comité appelé Action pour une culture d'allaitement (ACA). Le comité compte trois membres, Julie Lauzière et Geneviève Lavallée, d'Allaitement Québec et Mélissa Morin, d'Entraide Naturo-Lait.

Les mandats de notre comité se résument à :

- promouvoir l'allaitement comme étant la norme;
- dénoncer le non respect du Code;
- proposer des mesures correctives;
- souligner et soutenir les bonnes mesures prises en faveur de l'allaitement maternel;
- informer les GEA de nos actions afin que ceux-ci puissent agir à leur tour.

Pour arriver à remplir ces mandats, nous avons besoin de vous. Vous pouvez nous signaler les infractions et les bonnes actions dont vous serez témoins ou nous signifier votre intérêt à vous impliquer au sein du comité ACA en nous envoyant un courriel à : actionpouruneculturedallaitement@hotmail.com !

La tâche sera ardue et il faudra y mettre beaucoup d'effort si l'on veut s'assurer que l'allaitement devienne la norme, mais chaque petite geste fait dans ce sens fera une grande différence.

Mélissa, Geneviève et Julie
Action pour une Culture d'Allaitement

Le Lactazine

Bulletin du Comité régional en allaitement

de la Capitale-Nationale

V. 3, no. 1, avril 2006

Publication de la Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale
2400, D'Estimauville, Québec (Québec) G1E 7G9

Le *Lactazine* est disponible sur notre site Internet à l'adresse www.dspq.qc.ca/drsp/doc_lactazine.html

Comité de rédaction

Marie-Josée Santerre, consultante régionale en allaitement, poste 444, téléavertisseur 641-9568
marie-josée.santerre@ssss.gouv.qc.ca

Monik St-Pierre, coordonnatrice du Comité régional en allaitement de la Capitale nationale, poste 287,
monik.st-pierre@ssss.gouv.qc.ca

Jean-Claude Mercier, pédiatre et médecin-conseil, poste 511, jean-claude.mercier@ssss.gouv.qc.ca

Cécile Fortin, consultante régionale en allaitement, poste 462, téléavertisseur 640-4893
cecile.fortin@ssss.gouv.qc.ca

Pour information,
contactez Ginette Langevin
au 666-7000, poste 215 ou
ginette.langevin@ssss.gouv.qc.ca

Infographie : Atelier Infograph

Agence de la santé
et des services
sociaux de la Capitale-
Nationale

Québec



Direction régionale de santé publique

À noter

à vos agendas

Il est encore possible de vous inscrire aux séances de formation régionales offertes par la Direction régionale de santé publique et intitulées Volet f *L'allaitement après quatre mois* et Volet g *L'aspect psychosocial de l'allaitement*. Nous invitons les intervenants du réseau de la santé, les étudiants et les bénévoles qui auront suivi les volets préalables à participer à ces deux séances de formation. Pour vous inscrire, communiquez avec Marie-Nellie Casse au (418) 666-7000, poste 431 ou par courriel à l'adresse suivante : marie-nellie.casse@ssss.gouv.qc.ca.

L'allaitement après 4 mois :

le mercredi 17 mai 2006, de 8 h 30 à midi
ou de 13 h à 17 h

Le volet psychosocial de l'allaitement :

le mercredi 7 juin 2006, de 8 h 30 à midi
ou de 13 h 30 à 17 h

N'hésitez pas à nous soumettre vos
commentaires, vos nouvelles.

Date de tombée
du prochain bulletin :
15 septembre 2006