



Fiche de questions posées fréquemment sur : le soutien mère- à-mère pour l'allaitement maternel

FICHE 2

Du Projet LINKAGES

AOÛT 1999

Q **Le soutien mère-à-mère pour l'allaitement maternel : de quoi s'agit- il ?**

Le soutien mère-à-mère pour l'allaitement maternel veut dire que les femmes s'aident entre elles. Des mères qui ont de l'expérience en ce qui concerne l'allaitement maternel montrent quelles sont les pratiques optimales, partagent information et expérience et soutiennent d'autres femmes dans une atmosphère de confiance et respect. Dans ce contexte, les femmes enceintes et les mères qui allaitent explorent les options qui se présentent à elles et qui peuvent aboutir à une expérience satisfaisante sur le plan de l'allaitement maternel.

Q **Pourquoi faut-il un soutien mère-à-mère ?**

Un grand nombre de sociétés traditionnelles reconnaissent qu'une nouvelle mère est souvent vulnérable et sensible et qu'elle a besoin d'encouragement et de soutien. Le système de soutien traditionnel qui renforçait par le passé l'allaitement maternel n'existe plus là où la modernisation

La *Fiche de questions posées fréquemment* est une série de publications sur les questions posées fréquemment quant à des thèmes traités par le Projet LINKAGES. Le présent numéro se concentre sur le soutien mère-à-mère pour l'allaitement maternel, méthode permettant d'améliorer la santé et le bien-être des femmes et de leurs bébés.

et le biberon sont venus s'installer. Le soutien mère-à-mère aide à combler cet écart car il est généralement plus facile pour les mères de partager leurs préoccupations avec d'autres mères. Le soutien mère-à-mère est disponible dans la propre communauté de la mère et constitue un complément essentiel au système de santé, même si le milieu médical est bien formé en ce qui concerne l'allaitement maternel.

Le soutien mère-à-mère permet à la mère de s'affranchir des informations erronées ou prêtant à confusion et lui permet des choix informés quant à l'alimentation de son bébé.

Q **Qui bénéficie du soutien mère-à-mère ?**

Les bébés, les mères, les membres de la famille et les professionnels de santé bénéficient tous du soutien mère-à-mère. En effet, les femmes enceintes apprennent mieux à se préparer à l'allaitement et les mères bénéficient de conseils fort judicieux de la part de celles ayant plus d'expérience. Les bébés reçoivent l'aliment qui leur convient le mieux et c'est pour eux un point de départ important dans la vie. Les maris et autres membres de la famille en sont aussi bénéficiaires car une nouvelle mère qui est bien soutenue a plus confiance en elle-même et s'ajuste mieux aux nouvelles demandes de la maternité. Les grands-mères et autres personnes intéressées par l'allaitement maternel en apprennent davantage sur le sujet et savent mieux comment soutenir les femmes qui allaitent. Le milieu médical en bénéficie également car il est en mesure d'orienter les mères vers un accueil spécialement conçu pour leur fournir le soutien dont elles ont besoin.

Q *Où, quand et comment le soutien mère-à-mère est-il donné ?*

Le soutien mère-à-mère est donné individuellement ou en groupe de façon plus ou moins formel, à n'importe quel moment et dans n'importe quel endroit : au marché, à l'arrêt du bus, à l'église, dans une maison de quartier ou de voisinage à la maternité – partout où l'on trouve des femmes enceintes ou qui allaitent. Le soutien mère-à-mère est donné dans divers contextes, notamment les suivants :

- ♦ contacts au hasard avec des mères dans le quartier,
- ♦ groupes de femmes enceintes et mères qui allaitent,
- ♦ conseils au téléphone, dans les hôpitaux et visites à domicile,
- ♦ présentations interactives lors de réunions dans des clubs, à l'école, aux universités, etc.

Q *Pendant combien de temps une mère peut-elle participer au soutien mère-à-mère ?*

Il n'existe pas de limite de temps pour la participation d'une mère, bien que celle-ci puisse passer à des activités différentes par la suite. Par exemple, les femmes peuvent prendre contact et/ou assister à des réunions pendant la grossesse ou au moment de l'allaitement maternel puis continuer quand viendront d'autres enfants. Une mère peut rester et devenir l'une de celles « ayant de l'expérience » ou alors,

elle peut assister à une formation et devenir une conseillère au téléphone ou une animatrice d'un groupe de soutien de la communauté. Une mère plus âgée ou des grands-mères peuvent continuer à participer aux tâches administratives ou autres activités visant à réunir des fonds.

Q *Quel est le type d'information et le matériel qui sont partagés et diffusés par le biais du soutien mère-à-mère ?*

Le soutien mère-à-mère ne cherche pas à donner des conseils médicaux, mais plutôt à partager une information. Celle-ci est donnée sur divers thèmes, tels que la production de lait, le moment favorable pour débiter un allaitement le positionnement de l'enfant, la résolution des difficultés courantes au niveau de l'allaitement maternel, comment savoir si le bébé reçoit suffisamment de lait et comment allaiter discrètement (si les mères sont préoccupées par cet aspect). Les mères qui retournent au travail ou qui se trouvent dans des circonstances médicales difficiles reçoivent soutien et information sur la manière de continuer l'allaitement maternel dans de tels cas. Les mères peuvent se prêter des documents entre elles ou peut-être, le groupe de soutien a-t-il une bibliothèque avec des ouvrages sur la maternité et l'allaitement maternel et divers dépliants couvrant les questions liées à l'allaitement et rédigés dans la langue locale. Des organisations de soutien mère-à-mère plus grandes

et plus établies comme La Leche League International (LLLI) et la Nursing Mothers Association de l'Australie (NMAA), distribuent ouvrages et informations et organisent également des conférences locales et internationales pour le partage d'information.

Q *Comment peut-on motiver les femmes à participer de manière durable au soutien mère-à-mère ?*

Par lui-même, un sentiment d'auto-accomplissement relève d'une solide motivation. Les femmes qui donnent de leur temps travaillent mieux si elles aiment ce qu'elles font. Il faut exploiter les talents de chacune et soutenir les volontaires. A cette fin, on peut organiser des réunions ou rencontres volontaires et/ou avec leur soutien dans le but de discuter des informations récentes sur l'allaitement maternel et autres questions connexes, renforcer les thèmes liés à l'allaitement maternel et l'aptitude à donner des conseils, aider à résoudre des difficultés spéciales et fournir soutien et feed-back mutuels pour tenir au loin frustrations et déceptions. Entre ces réunions, la communication et l'éducation peuvent prendre la forme de bulletins réguliers, d'appels téléphoniques d'une personne-soutien ou de contact d'une camarade. Au fur et à mesure que les mères acquièrent plus d'expérience en matière d'allaitement maternel et de soutien mère-à-mère, elles peuvent suivre une formation pour devenir

une animatrice présenter un thème lors d'un atelier ou d'une conférence.

Quelle est la différence entre un groupe de soutien mère-à-mère et un groupe de soutien aux mères ?

Le « groupe de soutien » est une forme de soutien mère-à-mère. Un groupe de soutien mère-à-mère est organisé et géré par une mère qui anime la réunion. Peut-être a-t-elle reçu une formation, mais sa principale qualification, c'est d'être une mère qui a de l'expérience en ce qui concerne l'allaitement maternel. Lors des réunions, des mères qui ont de l'expérience partagent l'information avec de nouvelles mères et les encouragent à faire part de leurs doutes et préoccupations.

Un groupe de soutien aux mères peut être animé par un professionnel de santé ou quelqu'un qui est considéré comme un expert dans un domaine donné. La animatrice n'est pas forcément une mère et elle n'appartient pas toujours au même groupe. Les groupes de soutien aux mères peuvent être organisés dans le contexte de « clubs » créés à d'autres fins, par exemple, pour l'obtention de crédit, l'artisanat, la couture, etc. Dans certains groupes de soutien aux mères, des mères, nouvelles ou expérimentées, partagent l'information et sont encouragées à faire part de leurs préoccupations et, dans d'autres, l'information est donnée par le biais de causeries ou d'exposés.

Quelle méthodologie est la plus couramment utilisée dans un contexte de groupe de soutien mère-à-mère ?

Les groupes de soutien mère-à-mère utilisent une méthodologie souple favorisant la discussion plutôt qu'une classe formelle où les « experts » enseignent. Chaque réunion a un thème de réunion différent. L'animateur introduit brièvement le thème et ensuite encourage les autres à partager leurs expériences et idées. Avec l'aide de mères qui ont de l'expérience en ce qui concerne l'allaitement maternel, le animateur corrige toute information erronée, fournit des faits corrects et encourage les participants à faire part de leurs expériences. La participation active des membres du groupe utilise la méthode de soutien mutuel et les compétences des mères et renforce leur potentiel d'épanouissement. Ensemble, les mères trouvent des manières de résoudre les difficultés et de se soutenir mutuellement.

Quelles sont les difficultés au niveau du démarrage des groupes de soutien aux mères ?

On ne pense pas toujours qu'il soit nécessaire de créer un groupe de soutien. L'attitude existante peut s'avérer un obstacle. Les gens peuvent penser que l'allaitement maternel est une pratique commune, dépassée, difficile, embarrassante ou peu pratique. Il

n'est pas toujours facile de changer ces attitudes. Des communiqués de presse et des messages à la radio ou sur des affiches permettront de sensibiliser à l'allaitement maternel en général et aux avantages des groupes de soutien en particulier.

Parfois, les professionnels de santé se sentent menacés car ils ne comprennent pas que le groupe de soutien complète les services qu'ils rendent. Une réunion avec des prestataires locaux de soins peut aider à créer confiance, collaboration et travail en équipe.

Quels sont la formation, le soutien et le personnel nécessaires pour mettre en place des groupes de soutien ?

Tous ceux qui participent aux groupes de soutien devraient recevoir une formation portant sur l'allaitement maternel et une formation portant sur l'aptitude à donner des conseils et la dynamique des groupes de soutien.

La formation pour l'animateur peut prendre la forme d'un stage reconnu et officiel ou d'un apprentissage. Les programmes de formation varient, prenant entre 20 à 80 heures. Les leçons réparties dans le temps permettent une meilleure assimilation du matériel au même titre que les activités à caractère participatif.

Généralement, il faut un simple système de compte rendu, suivant l'organisme de financement ou les

réglementations organisationnelles. Il peut s'agir de simples statistiques montrant quand et où les réunions étaient tenues ou quelles sont les mères contactées, le nombre de mères qui ont reçu un soutien et les difficultés rencontrées au niveau de l'allaitement maternel.

Ceux qui travaillent directement avec les mères au niveau local ont besoin d'une personne-soutien, d'accès facile et qui peut fournir un feed-back rapide. Il peut s'agir d'une personne qui a de l'expérience et qui fait partie de la structure du groupe de soutien. Il faut également des personnes chargées de répondre aux besoins des réseaux de soutien mère-à-mère.

Quelles sont les autres activités réalisées par le biais du soutien mère-à-mère pour promouvoir, protéger et soutenir l'allaitement maternel ?

Outre le soutien direct aux mères, le soutien mère-à-mère peut porter sur les aspects suivants : politiques, formation, recherche, plaidoyers et diffusion de l'information. Le soutien mère-à-mère consiste également à coordonner et à intégrer aux niveaux mondial et national :

- ♦ collaboration avec des activités internationales telles que World Alliance for Breastfeeding Action's (WABA), Semaine mondiale de l'Allaitement maternel,
- ♦ collaboration avec l'OMS et l'UNICEF concernant l'Initiative des Hôpitaux Amis des Mères et des Bébés (Etape 10), et
- ♦ promotion et participation à divers ateliers, conférences et réunions.

Comment maintenir les activités de soutien mère-à-mère ?

La pénurie et la rotation de volontaires, ainsi que les contraintes financières, sont parmi les problèmes rencontrés à ce niveau. La rotation est souvent due aux autres responsabilités familiales et au manque de reconnaissance et d'acceptation des volontaires de la part de milieu médical. Ces problèmes peuvent être traités en se concentrant sur une ou deux activités, en faisant correspondre les tâches au temps disponible et en fournissant des incitations. Par exemple, on peut distribuer aux volontaires des incitations financières, de la nourriture, des services médicaux gratuits, une

cérémonie avec remise de diplôme ou encore des habits et autres articles distinguant ces personnes et reconnaissant leur travail.

Certains programmes ont géré les contraintes financières en démarrant des activités génératrices de revenus, par exemple, la vente de tee-shirts, d'affiches et de matériel éducatif. D'autres ont abordé divers bailleurs de fonds pour obtenir des dons de formation et autres contributions de biens (espace de bureau et équipement) et de services.

Le manque de collaboration avec d'autres services de santé menace la viabilité dans le long terme. En règle générale, la création de réseau et la collaboration avec des organismes publics et des ONG sont des liens essentiels qui peuvent faciliter les références bilatérales, ainsi que les possibilités partagées de formation et d'assistance technique. Il convient de mettre en place une solide structure de soutien avec des personnes engagées pour assurer le développement durable.

Pour des informations et des ressources supplémentaires sur le soutien mère-à-mère, prière de contacter le Projet LINKAGES ou La Leche League International, 1400 N. Meacham Road, Schaumburg, IL, 60173-4048, (847) 519-7730, ou visiter leur site Web à www.lalecheleague.org.



La Fiche de questions posées fréquemment est une publication de LINKAGES : Programme d'Allaitement maternel, MAMA, Alimentation complémentaire et Nutrition maternelle. LINKAGES est soutenu par G/PHN/HM Global, de l'Agence des Etats-Unis pour le Développement international (USAID) aux termes du Don No. HRN-A-00-97-00007-00 et géré par l'Académie pour le Développement de l'Education. Les opinions exprimées ici incombent aux auteurs et ne reflètent pas forcément les vues de l'USAID. La Leche League International, un des membres de l'équipe du projet, a contribué à la réalisation de cette publication.

