



TROIS MOMENTS CLÉS POUR ABORDER L'ALLAITEMENT MATERNEL EN PRÉNATAL

PAR LE CENTRE INTÉGRÉ UNIVERSITAIRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'ESTRIE –
CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE SHERBROOKE
ÉQUIPE ALLAITEMENT DE LA DSPU

DATE 1^{ER} FÉVRIER 2023

Note : La lecture de l'*Aide-mémoire sur l'information prénatale en allaitement* est un préalable à celui-ci.



Les femmes ont plus tendance à commencer et à poursuivre l'allaitement si le professionnel assurant le suivi de grossesse a une attitude positive par rapport à l'allaitement, les soutient et les encourage ouvertement à allaiter.

Au fil des rencontres, favoriser les échanges afin de permettre à la femme enceinte et son partenaire d'exprimer leurs besoins et préoccupations. Par exemple :

- le besoin d'être rassurés et de se faire confiance;
- les mythes et croyances sur l'allaitement;
- les conséquences sur le couple, sur la sexualité;
- les questionnements au sujet des gestes qui facilitent l'allaitement (peau à peau, première tétée, prise du sein, etc.);
- le malaise possible d'allaiter en public.

Si la femme enceinte et son partenaire désirent en savoir davantage, présentez l'information à partir de ce qu'ils savent déjà.

Si possible, l'examen des seins devrait faire partie de l'examen physique de la femme enceinte. Il faut être attentif aux ATCD de chirurgie aux seins, aux ATCD de traumatismes du thorax, aux signes d'hypoplasie et à la forme du complexe aréole-mamelons.

PARTICULARITÉS POUR LES GROSSESSES À RISQUE OU ANTÉCÉDENT D'ALLAITEMENT DIFFICILE

Si la femme enceinte est à risque d'accoucher prématurément, discutez avec elle et son partenaire des nombreux effets du lait maternel pour la santé du bébé prématuré et de la manière dont ils pourraient, s'ils le désiraient, participer aux soins de leur bébé en lui donnant, entre autres, du colostrum.

Repérer les femmes enceintes et leurs partenaires qui pourraient avoir besoin de plus d'informations et de soutien en lien avec l'allaitement ou qui pourraient être plus à risque de séparation mère-bébé à la naissance (exemple : ATCD d'allaitement difficile, suspicion d'hypoplasie, grossesse à risque, diabète de grossesse, etc.). Proposer une rencontre individuelle ou référer à une consultante en lactation IBCLC.

Voir section *Besoin de soutien pour l'allaitement* de la page www.santeestrie.qc.ca/allaitement.

MOMENT CLÉ/ RENDEZ-VOUS	QUESTIONS À POSER	INFORMATIONS À PRIVILÉGIER
1 ^{ER} TRIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> • De quelle façon avez-vous planifié nourrir votre bébé? • Qu'avez-vous entendu au sujet de l'allaitement? • [Pour les multipares] Voulez-vous nous parler de vos expériences sur la façon dont vous avez nourri vos enfants? <ul style="list-style-type: none"> - Si oui, comment se sont déroulés vos allaitements (ou l'alimentation avec PCN)? 	<p>Écouter et accueillir ce que les futurs parents ont à dire sur leur vécu, leurs craintes, leurs espoirs. Discuter de leurs intentions au regard de l'alimentation de leur bébé. Leur demander sur quoi ils basent leur décision.</p> <p>Favoriser les échanges chez les deux parents lors des rencontres prénatales afin de permettre l'expression de leurs besoins et préoccupations. Exemple : « J'aimerais vous accompagner dans le choix du mode d'alimentation pour votre bébé en vous donnant toutes les informations nécessaires pour prendre votre décision ».</p> <p>Respecter leur décision en tout temps.</p> <p>Proposer la lecture du guide <i>Mieux vivre avec notre enfant</i>, p. 171 à 183, section La préparation à l'allaitement.</p>
2 ^E TRIMESTRE	<p>Si encore ambivalente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que connaissez-vous des différences entre l'allaitement et l'alimentation avec les préparations commerciales pour nourrisson (PCN)? • Avez-vous des besoins, questions, préoccupations auxquelles je pourrais répondre? 	<p>Encourager tout ce qui favorisera la confiance de la mère en sa capacité d'allaiter.</p> <p>Répondre honnêtement à toutes les questions.</p> <p>Demander aux parents ce qu'ils pensent de vos réponses.</p> <p>Respecter leur décision en tout temps.</p> <p>Repérer les femmes enceintes et partenaires qui pourraient avoir besoin de plus d'informations et de soutien en lien avec l'allaitement. Leur présenter le site sur les ressources ou les vidéos sur l'allaitement de Santé Estrie:</p> <p>www.santeestrie.qc.ca/allaitement</p>

<p>2^E TRIMESTRE (SUITE)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Avez-vous pensé assister aux rencontres prénatales? • Avez-vous noté des changements au niveau de vos seins? Si oui, qu'avez-vous observé? 	<p>Les inviter à s'inscrire aux rencontres prénatales et informer les parents des ressources qui pourraient les aider et leur dire de les consulter rapidement sans hésiter.</p> <p>Ressources sur les rencontres prénatales</p> <p>www.santeestrie.qc.ca/grossesse</p> <p>L'allaitement se prépare dans le corps de la femme pendant la grossesse et à la naissance. Énumérer les changements observés du corps et des seins. Préciser que le colostrum peut être présent dès la 16^e semaine de grossesse.</p>
<p>3^E TRIMESTRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Quels sont vos besoins, questions, préoccupations auxquelles je pourrais répondre? • Est-ce que vous avez suivi des rencontres prénatales sur l'allaitement? • Qui sont les gens qui pourront vous aider avec l'allaitement? • Connaissez-vous les ressources qui peuvent vous soutenir avec l'allaitement? 	<p>Aborder l'initiation à l'allaitement pendant le post-partum immédiat et les premiers jours. (Peau à peau, tétées précoces, etc.)</p> <p>[S'ils ont participé à des rencontres prénatales] Qu'est-ce qui a été aidant pour vous? Est-ce que cela a répondu à vos questions?</p> <p>S'ils n'ont pas participé, les encourager à suivre la rencontre prénatale sur l'allaitement. (Bedon & Bout'chou, Nourri-Source) www.santeestrie.qc.ca/allaitement</p> <p>Échanger avec eux sur l'importance du réseau de soutien. Les informer des ressources, voir <i>Aide-mémoire sur l'information prénatale en allaitement</i> : besoin de soutien ou www.santeestrie.qc.ca/allaitement</p>

APPROCHE D'ACCOMPAGNEMENT LORS DE LA PREMIÈRE VISITE DE GROSSESSE

SUGGESTIONS POUR ABORDER LA DISCUSSION SUR LE SUJET DE L'ALLAITEMENT selon l'état de la décision des parents

« Que pensez-vous de l'allaitement? »

SUGGESTIONS SELON L'ÉTAT DE LA DÉCISION DE LA MÈRE/DU COUPLE

APPROCHE GÉNÉRALE

- Ne jamais confronter. Résister au réflexe de rectitude. Adopter l'approche d'accompagnement, sans jugement, dans le respect de l'autonomie de la personne.
- Établir un lien de confiance et chercher à comprendre la personne avec empathie. Explorer les émotions et les valeurs.
- Reconnaître les préoccupations. Offrir du soutien.
- Répondre aux besoins de tous les parents : informations basées sur des données probantes, pertinente, pour une décision éclairée.

Pré-réflexion (Seulement du Contre)

- Écouter. Accueillir les arguments contre l'allaitement.
- Explorer les connaissances actuelles.
- Respecter le choix de la personne. Impliquer le conjoint et l'entourage.
- Demander la permission d'informer sur l'allaitement pour un choix éclairé.
- Aborder les sujets selon une approche globale : *réseau de soutien ; contact peau à peau et proximité; comportements du bébé.*
- Offrir du soutien, des ressources et un suivi pour poursuivre la réflexion.

Réflexion/ Ambivalence (Contre > Pour)

- Discuter de l'importance de l'allaitement.
- Explorer le désir, le sentiment de capacité, les raisons et le besoin en lien avec l'allaitement.
- Valoriser la personne et augmenter le sentiment d'auto-efficacité.
- Aborder les sujets suivants pour l'aide à la décision :
 - *Dans votre entourage, y a-t-il des femmes qui ont allaité?*
 - *Sur qui pouvez-vous compter ou qui pouvez-vous appeler au besoin?*
 - *Qu'est-ce qui vous ferait pencher vers l'allaitement?*
- Offrir du soutien, des ressources et un suivi pour poursuivre sa réflexion.

Préparation (Pour > Contre)

- Renforcer la confiance de la mère.
- Sujets de discussion pour l'aide à la décision :
 - *Quels sont vos objectifs d'allaitement? Qu'est-ce qui vous amène (ou motive) à vouloir allaiter?*
 - *Comment voudriez-vous recevoir de l'information?*
 - *Sur qui pouvez-vous compter dans votre entourage?*
- Avec la permission, donner les informations essentielles sur la pratique de l'allaitement.
- Renforcement positif sur les forces, les habiletés, les convictions de la personne.
- Impliquer le conjoint et l'entourage.
- Offrir du soutien, parler des ressources et s'assurer d'un suivi.

Voir les suggestions pour l'accompagnement :

Première visite de grossesse : *L'allaitement maternel*, Document d'accompagnement, sept. 2012, Roselyne Collard, ASSS de l'Estrie

Sources :

Accompagner les parents dans leurs choix et leur actualisation; l'approche CADEAU appliquée à l'allaitement, Ingrid Bayot et Alain Rochon, ASSS de l'Estrie, 2013

Le counseling de l'allaitement maternel selon le modèle de Prochaska et les principes de l'entretien motivationnel, septembre 2017, Dre Céline Lafrenière et al. Direction de la santé publique de la Montérégie.

Aide-mémoire sur le counseling de l'allaitement maternel, septembre 2017. Dre Céline Lafrenière et al. Direction de la santé publique de la Montérégie.



**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke**

Québec 