

Poursuivre l'allaitement d'un bébé gardé

L'allaitement, même s'il est recommandé, n'est pas toujours soutenu comme il se doit dans les structures de garde. Heureusement, des changements commencent à apparaître.

Quand une maman allaitante reprend le travail ou doit faire garder son enfant, la question de la poursuite de l'allaitement est souvent épineuse. De nombreux détails sont à mettre au point, autant du côté de la famille que de la structure de garde.

Un accueil très variable

Que ce soit auprès du personnel des crèches ou d'une assistante maternelle, l'allaitement pourra être perçu de manière très différente. Certains le considéreront comme quelque chose d'important et à favoriser, comme la directrice de la crèche de Louise, 10 mois et allaitée, gardée depuis ses 5 mois et demi. Prune M., sa maman, explique : *"Mon allaitement a été perçu positivement par la directrice, qui m'a encouragée dès la première réunion d'information à maintenir l'allaitement"*. Delphine V., maman d'Aurore, 2 ans et demi, allaitée 16 mois, gardée depuis ses 2 mois, témoigne : *"Notre nounou avait allaité longtemps elle aussi (22 mois) et trouvait ça génial que je fasse de même."* D'autres, malheureusement, trouveront que c'est ajouter une difficulté supplémentaire dans leur travail de tous les jours. Aurélie L. témoigne des difficultés rencontrées quand son fils de 4 mois allait en crèche associative : *"Mon allaitement était in-*

compatible avec la crèche. Le lait maternel n'était pas accepté et j'ai dû introduire des biberons de lait artificiel. Mon bébé s'est sevré rapidement ensuite."

Heureusement, beaucoup de personnes savent se remettre en cause. Éléonore W., maman de Valentin, 3 ans et demi, sevré depuis peu, raconte ses débuts avec son assistante maternelle quand son bébé avait 6 mois : *"Au début, cela n'a pas été facile parce qu'elle n'avait jamais gardé de bébé allaité et cela l'a inquiétée. Mais, avec le recul, tout s'est bien passé"*.

La perception évolue également avec l'âge de l'enfant, comme le fait remarquer Rachel R., maman d'un enfant de 25 mois, allaité 18 mois : *"Je ne pense pas que mon assistante maternelle soit contre l'allaitement, mais plutôt qu'elle trouve curieux un allaitement long"*.

Des recommandations

Il existe pourtant, depuis longtemps, des recommandations de santé aux niveaux national¹ et international² : allaitement exclusif pendant six mois, puis en complément d'autres aliments jusqu'à deux ans et plus. Vu la durée du congé de maternité et l'âge des bébés quand beaucoup de mamans reprennent le travail, cela veut dire que les enfants devraient pouvoir recevoir du lait maternel pendant leur garde, selon les choix alimentaires de leurs parents.

Et la loi alors ?

Malheureusement, pour le moment, il n'y a pas encore de loi en France obligeant les structures de garde à accepter le lait maternel et à favoriser l'allaitement. Mais ça bouge !

Au niveau départemental, plusieurs villes et Conseils généraux ont mis en place des documents pour que le lait maternel soit accepté au sein de leurs structures de garde et que des repères soient donnés aux parents et aux professionnels pour gérer le lait humain dans de bonnes conditions. Paris³ propose de tels supports depuis de nombreuses années. D'autres départements et villes ont également développé une démarche similaire.

Au niveau national, le problème est connu. Le rapport d'information sur l'obésité⁴, remis fin 2008, énonce plusieurs propositions concrètes en faveur de l'allaitement et sa poursuite après la reprise du travail : *"22. Prévoir l'obligation pour les crèches de conserver, à la demande des parents, le lait maternel en vue de l'alimentation du nourrisson. 23. Demander aux assistantes maternelles de systématiquement encourager au maintien de l'alimentation du nourrisson au lait maternel"*. Reste à savoir si cela débouchera sur une loi et quand ? Cela se discute en ce moment à l'Assemblée nationale.

D'un point de vue pratique

Avant de faire garder son enfant, de nombreux petits détails peuvent



être mis au point avec la structure de garde. Voici quelques sujets plus épineux dont l'acceptation dépendra souvent de la structure de garde et des personnes.

Quelle conservation pour le lait ?

Le lait maternel doit être géré selon certaines précautions. Toutefois, sa conservation, quand il doit être utilisé pour un bébé à terme (conservation de 8 jours à 4 °C maximum¹), en bonne santé, n'est pas aussi draconienne que quand on doit le donner à un bébé hospitalisé (conservation de 48 h maximum⁵). Pour donner des repères à la personne qui gardera son enfant, on peut proposer un document résumant les conditions de stockage et d'utilisation⁶.

En l'absence de maman, bébé peut boire son lait au biberon, à la tasse ou encore préférer des aliments solides.

Que donner à manger au bébé pendant la garde ?

Les possibilités dépendront avant tout de l'enfant, de son âge et de ce qu'il aime. Il peut boire uniquement du lait maternel, uniquement du lait artificiel, ou les deux. Le lait ne doit pas obligatoirement être sous forme liquide : des laitages peuvent être donnés à la cuillère, voire du lait maternel épaissi (avec de l'agar-agar, par exemple). Toutefois, certains bébés préfèrent attendre leur maman, sans demander de lait ou le minimum, voire préfèrent d'autres aliments, puis tètent de nombreuses fois, du soir au matin, pour prendre toute leur ration de lait avec maman. D'autres enfants, par contre, pourront profiter d'avoir du lait maternel facile à boire pour abuser des quantités pendant la garde, ce qui rendra la tâche plus difficile à leur maman pour fournir toute la quantité nécessaire.

Quel contenant choisir ? Le biberon semble, pour certains, un passage obligatoire, mais il peut devenir un obstacle à la poursuite de l'allaitement. Des assistantes maternelles, de même que certaines crèches, acceptent déjà de donner le lait autrement, à la tasse par exemple. Si le bébé devait tout de même boire au biberon, il vaut mieux alors garder un œil sur sa technique de succion et son comportement au sein afin de réagir rapidement en cas de confusion sein/tétine.

Se revoir dans la journée ? Si la maman peut venir allaiter son enfant à la crèche, la revoir, une ou plusieurs fois au cours de la journée, et donc lui redire à plus tard aussi, n'est pas un problème pour le petit. Au contraire ! Ainsi, il pourra mieux

anticiper le retour de sa maman dans le temps. On retrouve souvent cette pratique dans les crèches d'entreprises.

Des changements pour bébé ? On se focalise souvent sur l'alimentation. Pourtant, pour le bébé, c'est tout son environnement qui va changer lors des gardes, l'alimentation n'étant qu'une petite partie. Il n'est donc pas nécessaire d'entraîner son bébé à ce qu'il va vivre pendant que ses parents ne seront pas là. L'enfant se rendra compte que les choses changent, qu'elles ne sont pas comme à la maison. N'hésitez donc pas à poursuivre comme d'habitude l'allaitement, tout comme votre maternage, hors des périodes de garde et à la maison. Cela ne déstabilisera pas votre bébé, au contraire, puisqu'il retrouvera, avec vous, les habitudes qui le sécurisent.

MARTINE VERGNOL
CONSULTANTE EN LACTATION IBCLC

- 1 - "Favoriser l'allaitement maternel : processus - évaluation", Haute autorité de Santé (2007) : <http://www.has-sante.fr>
- 2 - "Stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant", OMS - UNICEF (2003)
- 3 - "L'alimentation dans les crèches municipales de Paris" : <http://www.paris.fr>
- 4 - "Rapport d'information sur la prévention de l'obésité (enregistré à l'Assemblée nationale le 30 septembre 2008)" : <http://www.valerie-boyer.fr>
- 5 - "Comment bien recueillir, conserver et transporter le lait maternel en toute sécurité", AFSSA (2006) : <http://www.afssa.fr>
- 6 - "Petit mémo de conservation et d'utilisation du lait pour la personne qui garde le bébé", La Leche League France : <http://www.llfFrance.org>