UNIVERSITE DE NANTES

FACULTE DE MEDECINE

Année 2014 N° 078

THESE

Pour le

DIPLÔME D'ETAT DE DOCTEUR EN MEDECINE
(DES de MEDECINE GENERALE)

Par

Sophie PALLUT BOISSARD

née le 06/02/1984 à Deauville

Présentée et soutenue publiquement le 25 septembre 2014

ALLAITEMENT MATERNEL PROLONGE :
une pratique de santé entre recommandations et clandestinité.

Présidente : Madame le Professeur Christèle GRAS-LE GUEN

Directeur de thèse : Docteur Jean-Paul CANEVET

Remerciements

Madame le Professeur Christèle GRAS-LE GUEN, Professeur des Université et Praticienne Hospitalière en pédiatrie, je vous remercie d'avoir bien voulu présider ce jury. Veuillez recevoir l'expression de mon profond respect.
Monsieur le Docteur Jean-Paul CANEVET, médecin généraliste et Maître de Conférences de Médecine générale, je vous remercie d'avoir accepté de diriger ce travail, de vos conseils avisés et pour nos échanges enrichissants.
Madame le Professeur Jacqueline LACAILLE, Professeur Associé de médecine Générale, je vous remercie de l'intérêt que vous portez à mon travail tout comme de votre bienveillance depuis le début de mon internat. Merci de continuer à nous transmette votre passion.
Madame le Docteur Estelle NOBECOURT- DUPUY, Maître de Conférences et Praticienne Hospitalière en endocrinologie, je vous remercie d'avoir accepté de juger ce travail. Soyez assurée de mes sincères remerciements.

Un grand merci à tous les médecins qui m'ont accompagné pendant mes études et à ceux qui aujourd'hui me font confiance pour les remplacer.

Merci à toutes les mères qui ont bien voulu participer à cette étude.

Louise, 2 ans ½, donne « l'eau de moi » à son bébé.

A Dominique, ma maman, sans qui je ne me serais jamais lancée dans de telles études. Merci d'être toujours là pour moi.

A Quentin, mon petit frère, qui récitait les noms des acides aminés comme ceux de ses pokémons®. Toutes mes félicitations pour ton diplôme que tu as eu avant moi.

A Mathieu, mon mari qui croit toujours en moi. La prochaine soutenance est pour toi.

A Louise, ma fille qui fait de moi une maman comblée.

A « numéros 2 » qui a bien voulu attendre la fin de la rédaction de cette thèse avant de se manifester.

A Laurence et Tom qui m'ont donné l'idée de ce travail.

A Charlotte, Gisèle, Mélissa et leurs stylos rouges pour avoir eu la patience de me relire.

Tables des matières

Abréviations……6
Préambule……7
Petite histoire de l'allaitement maternel
I-L'allaitement au travers des âges
A) Age du sevrage
B) La pratique de l'allaitement……8
II- L'allaitement mercenaire……9
III-Et les biberons dans tout ça ?……10
IV-Du XXe siècle à hier……11
Quelle est aujourd'hui la durée préconisée pour l'allaitement maternel ?……14
I- Les recommandations scientifiques
A) Recommandations internationales
B) Recommandations étrangères
C) Recommandations françaises……15
II- Les recommandations religieuses……16
L'allaitement maternel aujourd'hui……17
I- Allaitement maternel à 1 an dans le monde
II- Allaitement maternel après la diversification en France……18
Introduction……21
Matériel et Méthode……22
I-Choix du type d'étude
II- Population de l'étude
A) Critères d'inclusion
B) Critères de non inclusion
III-Constitution du corpus
IV-Déroulement de l'étude……23
A) Le guide d'entretien
B) Le recrutement des mères
C) Prise de rendez-vous et présentation de l'étude
D) Déroulement des entretiens……24
E) Retranscription des entretiens
V-Analyse thématique
Résultats……25
I-Echantillon étudié
A) Age maternel
B) Nationalité
C) Situation familiale
D) Milieu de vie
E) Niveau d'étude des mères ……26
F) Catégories socioprofessionnelles des mères
G) Activité professionnelle……27
H) Religion pratiquée
I) Allaitement maternel
J) Enfants et allaitements……29
K) Choix en matière de santé……30
II- Les entretiens……32

A) Temporalité
B) Lieu
C) Le déroulement

III- Analyse transversale

A) Choix de l'allaitement maternel
1) Quand cette décision est-elle prise ?
2) Comment se fait ce choix?.....33
a) Un choix instinctif
b) Une résolution personnelle sous influence
3) Quelles sont les raisons qui motivent ce choix ?.....34
a) L'allaitement maternel, une norme biologique
b) Un atout pour la santé de l'enfant
c) La recherche d'un lien mère-enfant privilégié.....35
d) Un coté pratique indéniable
e) Un avantage économique digne d'intérêt.....36
f) Un plus pour la santé de la mère
g) Un confort pour le père

B) L'Allaitement maternel, oui mais pour combien de temps ?
1) Durée envisagée initialement
a) Pour un premier allaitement
b) Pour les allaitements suivants.....37
2) Un allaitement prolongé présuppose d'éviter un sevrage précoce.....38
a) Des stratégies pour lutter contre le manque de lait
b) Les maux de l'allaitement dépassés
c) Un sommeil entrecoupé accepté.....39
d) Le problème de la reprise du travail contourné
3) Comment l'allaitement va-t-il se prolonger au-delà de 1 an ?.....40
4) Pourquoi l'allaitement se prolonge t-il au-delà de 1 an ?.....42
a) Des figures d'allaitement prolongé dans l'entourage
b) La confirmation des bienfaits attendus 44
c) La découverte de bénéfices supplémentaires.....41
d) Une conduite préconisée.....45

C) Les autres choix de santé
1) L'alimentation.....46
2) Tabac et alcool
3) L'environnement.....47
4) La prise de médicaments (hors contraception)
a) Par les mères allaitantes
b) Pour les enfants.....48
5) Les vaccinations
6) La contraception.....49
7) Le sport.....50

D) Le sevrage
1) Le sevrage imposé
2) Le sevrage choisi
3) Le sevrage naturel 51

E) L'allaitement prolongé, un allaitement parfois caché.....52
1) Du fait de la conduite de l'allaitement
2) Des tétés en public plutôt discrètes.....53
3) Peu de militantisme
4) Une bénédiction paternelle parfois sous condition.....54

5) L'absence de démonstration de soutien des proches
6) L'incompréhension de l'entourage entraine parfois une pratique clandestine
F) Relation avec les professionnels de soins……55
1) Quelle demande de soins ?
a) Demande de soins pour les enfants
b) Demande de soin pour les mères ……56
2) Comment l'allaitement influence t-il la relation soignant-soigné ?
a) Un savoir remis en question
b) Un désir d'autonomie……57
c) Un échange faussé
d) l'allaitement prolongé : un sujet sensible
e) L'allaitement une omission courante……58
f) Comment l'allaitement intervient dans le choix du professionnel de santé ?.....59
g) Ce qu'attendent les mères des professionnels de santé : la bienfaisance
G) Que pensent les mères de la politique de promotion de l'allaitement aujourd'hui ?.....60
1) Des freins à l'allaitement persistants
a) Le poids des industriels
b) L'omniprésence du biberon
c) L'érotisation du corps ……61
2) Un manque de visibilité de l'allaitement maternel
3) Vers un meilleur accompagnement de l'allaitement……62
4) L'importance de la transmission de l'art d'allaiter
a) l'allaitement comme héritage
b) Une diffusion horizontale
5) L'espoir d'une évolution……63
a) En France, une bienveillance encore paradoxale
b) Des modèles étrangers à méditer
Discussion……64
I-A propos de ce travail de recherche, discussion de la validité interne
A) Choix de la méthode qualitative
B) Critères d'inclusion
C) Constitution du corpus……65
D) Diversité des profils
E) Richesse des données recueillies……66
II-A propos des résultats de cette étude, discussion de sa validité externe
A) De la décision d'allaiter aux premières difficultés
B) L'allaitement maternel, le poids d'une norme……68
C) L'allaitement prolongé, une pratique de santé……69
D) Une pratique caché y compris des professionnels de santé……70
E) Promotion de l'allaitement maternel prolongé : encore du chemin à parcourir……72
Conclusion……74
Annexe 1 : Troisième certificat de santé……76
Annexe 2 : Guide d'entretien……77
Annexe 3 : Transcription des entretiens……78
Annexe 4 : Une du Times mentionnée par Mme F et Mme H……131
Annexe 5 : Photo évoquée par Monsieur F……132
Annexe 6 : Ouvrages cités par Mme I……133
Bibliographie……134
Résumé……142

Abréviations

AAP : Académie Américaine de Pédiatrie
A.M. : Allaitement maternel
ANAES : Agence Nationale d'Accréditation et d'Evaluation en Santé
CERDAM : Centre Ressource Documentaire pour l'Allaitement Maternel
COFAM : COordination Française pour l'Allaitement Maternel
ESPGHAN : Société Européenne de gastro-entérologie, hépatologie et nutrition pédiatrique
HAS : Haute Autorité de Santé
INVS : INstitut de Veille Sanitaire
M.G. : Médecin généraliste
OMS / WHO: Organisation Mondiale de la Santé/ World Health Organization
PNNS : Programme National Nutrition Santé
P.S. : Professionnels de Santé
UNICEF: United Nations International Children's Emergency Fund

Préambule

Petite histoire de l'allaitement maternel

Pour mieux comprendre les pratiques actuelles de l'allaitement, il est important de regarder en arrière.

I-L'allaitement au travers des âges

A) Age du sevrage

S'il est évident qu'avant l'invention des laits artificiels, le lait de mère est l'unique moyen de nourrir un nouveau-né, qu'en était-il de la durée de l'allaitement maternel?

Des anthropologues ont tenté de répondre à cette question en étudiant la durée de l'allaitement chez les primates. Alors même qu'il existe une forte disparité inter-espèces, ils ont pu mettre en évidence des corrélations entre l'âge du sevrage et des facteurs uniquement déterminés par la génétique (durée de gestation, apparition des molaires définitives…). Chez l'homme, ils ont ainsi estimé que le sevrage naturel doit avoir lieu entre 4ans ½ et 6 ans. (1)
L'étude au carbone ^{14} de l'émail dentaire des hommes préhistoriques confirme que les enfants étaient toujours allaités lors de la minéralisation de la 2^{e} molaire ; soit entre 2 et 6 ans.(2) Il semble d'ailleurs que le pic de mortalité infantile se situait vers 1 an lorsque l'enfant débutait la diversification alimentaire avec l'apparition des premières dents.(3)
Mais alors que l'âge du sevrage est quasi constant chez une même espèce, l'étude des sociétés traditionnelles humaines retrouve des durées d'allaitement très différentes. Ainsi le sevrage avait lieu entre 2 et 3 ans dans les tribus aborigènes australiennes contre 5 ans à Hawaï ou 7 ans chez les Inuits en Arctique.(1) Si l'espèce humaine a dû s'adapter aux différents environnements qu'elle a colonisés, elle s'est rapidement affranchie de ses instincts primitifs pour répondre à des schémas culturels propres à chaque région du monde.
Entre 3000 et 1000 avant J.C., les premiers écrits sur l'allaitement situent l'âge du sevrage autour de trois ans pour les égyptiens et les hébreux.
En Inde, vers 1500 à 800 avant J.C., on trouve des textes qui recommandent un allaitement exclusif d'un an avec un sevrage vers l'âge de 2 ans.(4)
Dans la civilisation grecque, 1000 à 400 avant J.C., les contrats des nourrices sont établis pour un allaitement exclusif de 6 mois. (5)

Selon les pays et les époques, la durée de l'allaitement maternel varie. Et si des variations apparaissent au sein d'une même ville, d'un milieu social à l'autre ou dans une même famille, le mode de maternage s'organise selon la norme en vigueur. Ainsi l'âge du sevrage serait, en France, au Moyen-âge, entre 2 ans ½ et 3 ans.(6) A la Renaissance, alors que l'on recommande en Europe d'allaiter 24 mois, cet âge tombe à 12 mois ; en effet, on pense alors que passé deux ans, on court le risque que l'enfant soit sot ou bien efféminé si c'est un garçon. (4) Le sevrage peut également être précipité lors du retour de couche ou en cas de découverte d'une nouvelle grossesse puisque l'on pense alors que le lait est

empoisonné ou bien que le fœtus pourrait être en danger. Parfois ritualisé, le sevrage est un moment important fêté par la famille. Il marque pour la mère le retour de l'amante et la reprise des travaux pénibles jusqu'à la prochaine grossesse. (5)
En Angleterre, l'âge du sevrage passe de 12- 17 mois à 7- 9 mois entre le XVIe et la fin du XVIIIe siècle alors qu'en Italie il est encore de 12 à 24 mois au début du XIXe.(4) En France, la commercialisation de masse des biberons va rapidement faire reculer la durée de l'allaitement maternel. En 1910, on estime ainsi que seuls 40 % des enfants des villes françaises sont allaités 6 mois contre 60 % en campagne.(7)
Parallèlement, on développe les laits maternisés qui serviront bientôt de substitut dès la naissance, rendant l'allaitement maternel facultatif.

B) La pratique de l'allaitement

En Europe, les traités de médecine médiévaux proclament la supériorité de l'allaitement maternel et les très nombreuses illustrations de la vierge à l'enfant sacralisent l'allaitement.
Néanmoins, on pense alors que le lait est du sang blanchi et qu'il ne peut pas être bon tant que la femme saigne. Il est donc conseillé de ne pas donner à l'enfant le « premier lait ». Dans les milieux fortunés, l'enfant est alors mis en nourrice ; pour les autres, on conseille un jeûne de trois jours. Il faudra attendre le XVIIIe siècle pour que le colostrum soit réhabilité mais la pratique du jeûne va longtemps perdurer puisque dans les années 1950, on pensait encore qu'il était préférable d'attendre l'émission du méconium avant de mettre l'enfant au sein.
Il existe beaucoup d'autres croyances comme celle du « mauvais lait ». On pense alors que toutes émotions trop violentes ou travail trop dur empoisonnent le lait et expliquent les morts subites. Ainsi les rapports sexuels sont considérés comme néfastes à la qualité du lait et peuvent même justifier la polygamie des hommes quand ces derniers sont proscrits dans certaines cultures.
Les parents qui ont à cœur de fortifier leur enfant, lui proposeront une bouillie selon les recommandations médicales de l'époque. Ces préparations, données dès les premiers jours, ont pour but de limiter les régurgitations en lestant l'estomac ainsi que de rendre l'enfant potelé, signe jadis de bonne santé et d'opulence.
On lutte également contre les mamelons rétractés, favorisés par le port des corsets, à l'aide de massages et de petites bouteilles appelées « suçoirs » ; on peut même avoir recours à des jeunes filles formées à l'art de téter ou bien des « tétaires » professionnels en cas d'engorgement.
Hormis cette préparation, l'allaitement ne nécessite pas d'apprentissage particulier et les femmes de la famille se chargeront d'aider la jeune mère. Il ne semble pas non plus que le manque de lait ou que les abcès soient fréquents.
L'enfant est allaité à la demande jour et nuit. Il faut dire que dans un contexte où la mortalité infantile est importante, on redoute les pleurs de l'enfant de peur qu'ils précédent des convulsions.(5)
Au début de la révolution industrielle, tout comme les paysannes, les ouvrières viennent à l'usine avec leurs nouveau-nés, afin de les allaiter à la demande. Cette pratique entrant en conflit avec la demande de productivité croissante, va inciter à une certaine régulation des tétées. L'invention des horaires stricts de tétées pour le bien du bébé, en dehors des

contraintes du travail maternel, est une innovation bien plus récente des médecins occidentaux de la fin du XIXe.(8)
Jusqu'au XIXe, le lit individuel n'existe pas et l'enfant est couché dans le lit parental. Les autorités religieuses et judiciaires ont bien tenté d'interdire cette pratique, depuis le Moyen Age, de peur de voir le nourrisson étouffé mais elle permet à la mère d'allaiter facilement au cours de la nuit et protège le nourrisson de l'hypothermie. (5)

II-L'allaitement mercenaire

Il s'agit d'une pratique ancienne, longtemps réservée aux milieux dirigeants. Reines d'Égypte, riches athéniennes, ces femmes, par leur rôle social, consacrent leur temps à des occupations de représentation. Elles délèguent donc l'allaitement considéré comme une tâche purement domestique. (5) Et si les médecins grecs préconisent que l'enfant soit allaité par sa propre mère, Soranos D'Ephèse ajoute que parfois *le lait de nourrice est un meilleur choix*.(9) Les nourrices, le plus souvent des esclaves, sont alors soigneusement recrutées car on pense alors que les traits de caractère se transmettent par le lait. Un véritable statut est reconnu à ces femmes et leurs enfants, frères et sœurs de lait ; certains pouvant même être affranchis à la majorité de leur maître.
Chez les notables de la Rome Antique, l'emploi des nourrices se généralise et l'on assiste à un véritable commerce où les femmes libres monnayent leurs services à prix d'or, déléguant elles-mêmes l'allaitement de leur enfant à une esclave qui fera de même avec une esclave de rang inférieur. Certains philosophes vont alors s'insurger contre cette pratique mettant en avant le lien fort qui unit un enfant à celle qui le nourrit. (8)
En Europe, les nobles feront de même dès le Moyen-âge. Il faut dire que le statut de ces femmes dépend de leur capacité à fournir un héritier à la couronne, et au vu de la mortalité infantile, il est préférable qu'elles redeviennent rapidement fécondes. Pour ces familles, le choix de la nourrice se fonde sur des critères médicaux stricts qui servent à garantir la qualité du lait. Pour le reste de la population, le recours à une nourrice reste exceptionnel et dépend souvent de la générosité d'une tante, d'une sœur lorsque la mère meurt en couches.(5)
Au XVIIe siècle, la mise en nourrice est coutumière dans les milieux aisés malgré la position des penseurs qui préconisent de sauver la vie de l'enfant avant la vie intime du couple et les exigences mondaines des femmes. (8)
Au XVIIIe, le discours moralisateur met en avant la nécessité d'allaiter son propre enfant. Les mères sont menacées de châtiments divins (fièvre de lait, abcès, tumeurs…) mais la mise en nourrice s'étend à la bourgeoisie. Les femmes du peuple désirent adopter des mœurs plus « civilisées » sans pour autant avoir les moyens de s'offrir une nourrice à domicile. Alors qu'en Angleterre, on va privilégier le lait d'animal, en particulier celui de chèvre (7) ; en France, on préfère envoyer les enfants dans les banlieues des villes où les nourrices sont moins chères.
Par la suite, c'est l'atmosphère insalubre qui règne dans les villes qui conduira bon nombre de mères à faire appel à des nourrices pour éloigner les enfants afin de préserver leur santé. Devant le coût important de cette mesure, les femmes d'artisans, d'employés envoient leurs enfants toujours plus loin, là où la pauvreté des campagnes pousse les jeunes mères à proposer leur lait à bas coût. L'offre d'accueil est très importante et devient réglementée et organisée. Dans le même temps, la natalité urbaine explose puisqu'en absence d'allaitement et sans jeunes enfants à s'occuper, les femmes enchainent les grossesses.(8) On assiste alors

à un véritable exode des nouveau-nés vers les campagnes ; à Paris, le constat est sans appel avec près de 90 % des bébés ont quitté la ville en 1780.(5) ;
Les pensions versées aux familles nourricières leur permettent tout juste de survivre et certaines nourrices acceptent plusieurs contrats malgré les règlements. La mortalité infantile est donc très importante aussi bien pour l'enfant de la nourrice que l'on sèvre trop tôt, que pour le nouveau-né recueilli qui décède parfois des suites du voyage entrepris dès la naissance. S'y ajoutent le manque de lait et d'hygiène, et c'est près de 30 % des nouveau-nés qui décèdent ainsi en 1870.(10)
Si les pouvoirs publics craignent de voir l'Europe se dépeupler, ce sont les philosophes de l'époque qui œuvrent le plus pour la sauvegarde de l'enfance. En faisant l'éloge de la maternité et du rôle de la femme dans l'éducation des enfants, ils convertissent une petite élite aristocratique de l'importance du lien charnel avec leurs enfants. Ce regain d'intérêt pour l'allaitement sera de courte durée. Si l'intérêt porté à l'enfant améliore sa santé, les débordements d'affectivité sont eux jugés indécents. Ces femmes sont donc invitées à être simplement plus exigeantes avec les nourrices.(4)
A la fin du XIXe siècle, l'allaitement artificiel se propage chez les nourrices et on assiste à une diminution de la mortalité infantile. Il va permettre aux jeunes nourrices d'allaiter plus longtemps leurs propres enfants et aux nourrices plus âgées de continuer à accueillir des enfants en garde. Le biberon va ensuite gagner les villes et marquer le recul des mises en nourrices. En 1914, seul un enfant sur 10 est placé en nourrice. La désorganisation des transports et la nécessité de travailler aux champs après le départ des hommes pour le front de 14-18 signera la fin de cette industrie.(5)

III-Et les biberons dans tout ça ?(5)(11)

On a longtemps pensé que les céramiques gauloises, retrouvées dans les tombes d'enfants, s'apparentaient à des biberons. L'expérimentation a depuis convaincu les archéologues qu'il s'agissait en fait de tire lait.

C'est au Moyen-âge, que l'usage des biberons est mis en scène sur des gravures. Ils permettent alors l'administration ponctuelle de lait animal et sont parfois décrits comme la solution aux enfants « mordeurs ». Les matériaux et leur forme évolueront avec les acquis techniques de l'homme mais au XIXe, avec l'apparition du verre moulé et du caoutchouc, leur fabrication devient industrielle. Le biberon Robert, avec sa grande tubulure, reste le plus plébiscité puisqu'il permet à l'enfant de téter seul laissant le temps aux mères et aux nourrices de vaquer à leurs occupations.

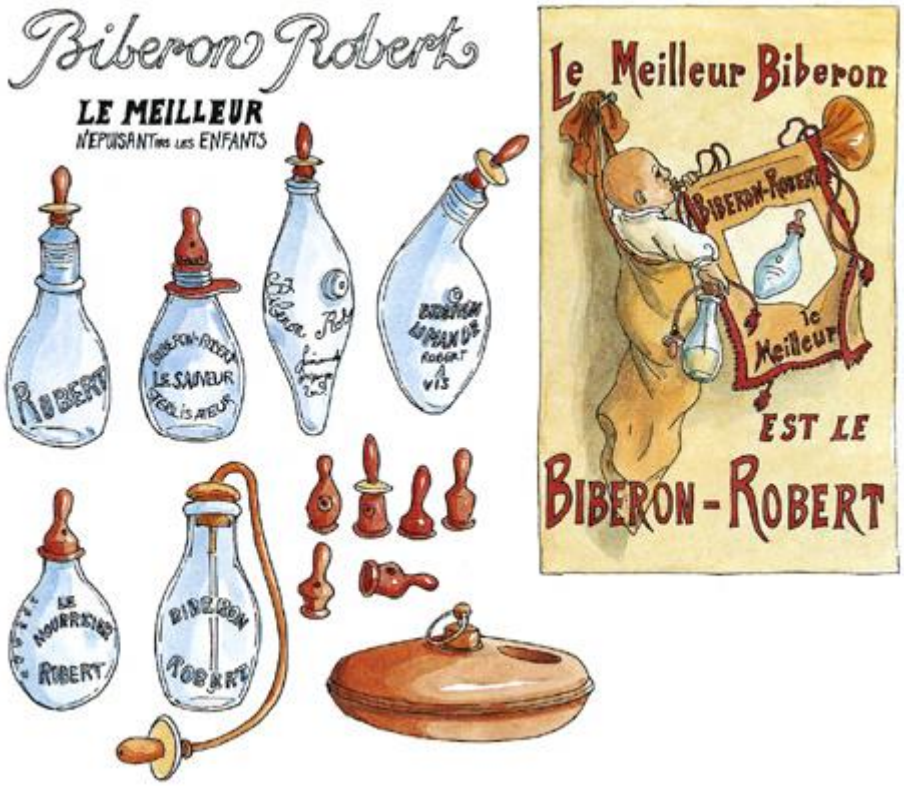


Figure 1 : Illustration de Lise Herzog tirée de "L'âme des maisons de Bourgogne" ed ouest france

L'impossibilité de nettoyer de tels contenants et l'usage de lait frelaté ou coupé sera responsable de grandes épidémies de diarrhées qui feront des ravages parmi les nourrissons. Il faudra attendre les années 1880 et les découvertes de Pasteur pour que l'on envisage d'interdire la vente de tels biberons. On commence également à s'intéresser à la composition chimique du lait de substitution et de nombreux biologistes et chimistes tentent de le rendre plus proche du lait de mère.
Parallèlement les classes populaires sont trop pauvres pour acheter du lait de qualité ou trop peu instruites pour connaître les règles nouvelles de l'asepsie. Partout en France, des dispensaires voient le jour afin de faire baisser la mortalité infantile. Comme à Fécamp avec la « gouttes de lait » du Dr Dufour, on commence à surveiller le poids de l'enfant, on donne des conseils de puériculture et l'on distribue du lait « humanisé » dans des biberons stérilisés dès 1894.
Avec la naissance de la pédiatrie, on assiste à une baisse sans précédent de la mortalité infantile. Les femmes ont donc à cœur de suivre avec rigueur les consignes pour être une « bonne mère ».

IV-Du XXe siècle à hier

Au début du XXe, l'allaitement reste prépondérant en France (90 % d'allaitement à la naissance dans les années 30)(5) et les médecins se chargent désormais de transmettre le « savoir allaiter ». Cette attitude va alors provoquer, à leur insu, un fait nouveau : l'échec massif de l'allaitement alors même qu'il a été choisi par la jeune mère. (8)

Au départ c'est l'observation des mécanismes de digestion vis-à-vis du lait animal, qui incite les médecins à penser qu'un temps de repos entre les biberons est nécessaire à la bonne digestion du nourrisson.(5) La « Puériculture » médicalisée qui naît dans la deuxième moitié du XIXe siècle, va alors imposer aux mères, dès la maternité, l'espacement strict des tétées (à raison d'une toutes les trois heures minimum le jour et jamais plus de deux la nuit - biberon comme allaitement maternel). Cette pratique, facilitant le travail du personnel des pouponnières, a comme but avoué d'éduquer l'enfant. On laissera ainsi pleurer le bébé jusqu'à l'heure de la prochaine tétée afin qu'il apprenne, dès la naissance, à contrôler ses besoins et ne pas faire de « caprices ». (8) Et si la mère est tentée de consoler son nourrisson en le berçant, les médecins préconiseront alors l'embauche d'une nurse qui n'amènera l'enfant à sa mère qu'à l'heure dite des tétées.
La sacro-sainte règle des tétées toutes les trois heures a ainsi prévalu jusqu'à ce qu'on s'aperçoive, dans les années 1980, que c'était souvent la cause de l'échec de l'allaitement maternel (insuffisance de lait, engorgement et abcès). (5)
Mais si l'allaitement maternel reste toujours vivement recommandé par les médecins, on conseille également aux mères de veiller méticuleusement à la quantité de lait absorbé par le nourrisson. La pesée avant et après chaque biberon se repand alors et permet de vérifier à chaque instant la bonne croissance de l'enfant. Au moindre déficit pondéral, on décrète le lait de la mère pas assez nourrissant et un complément de lait artificiel est recommandé. (11)

Aux États-Unis, de grandes firmes industrielles vont inonder les médias de campagnes publicitaires. Le lait artificiel y est présenté comme plus nourrissant, plus sur et plus hygiénique que l'allaitement maternel. Devant la simplicité d'utilisation des laits artificiels versus l'allaitement maternel qui a perdu toute spontanéité et ne permet souvent plus de nourrir l'enfant après quelques semaines, de plus en plus de mères se convertissent aux biberons et ce dès la naissance. L'allaitement maternel recule alors très vite même s'il redevient pour un temps indispensable en Europe avec le rationnement. (12)

Si dans les années 50, des médecins continuent à prôner l'allaitement maternel, ils ne sont pas entendus. (4) Le biberon est devenu une valeur rassurante appréciée des mères et des professionnels. Dans l' « american way of life », il n'y a désormais plus de place pour l'allaitement qui apparaît incongru.(5) L'embarras est tel que les fondatrices de La Leche League expliquent avoir préféré le terme espagnol « leche » à celui de « breastmilk » du fait de sa racine commune avec le mot sein (breast en anglais). Les Années 60 vont être marquées par l'entrée massive des femmes sur le marché du travail. Les femmes ne se retrouvent plus dans le modèle de la femme au foyer, mère de famille nombreuse de l'après-guerre. Alors qu'en France, les droits des femmes n'ont jamais connu une telle régression, les « féministes égalitaires » se révoltent contre l'esclavagisme de la maternité et la « servitude épuisante » de l'allaitement dont les femmes doivent se libérer.(13) Alors que débute le combat pour le droit à la contraception et à l'avortement, le taux d'allaitement s'effondre pour n'atteindre que 36% en sortie des maternités françaises en 1972.(5) Des chiffres similaires sont annoncés dans d'autres pays industrialisés comme aux Etats-Unis avec 29% d'allaitement maternel à la naissance ou 26% au Canada en 1968 (19% au Québec).(14)

Avec les années 70 et les courants « libertaire » ou du « retour à la nature », l'obsession des horaires, des pesées s'effrite et l'allaitement maternel commence alors à regagner du terrain. Pour autant, les femmes qui tentent d'allaiter sont livrées à elles-mêmes

car la société s'est désintéressée de l'allaitement maternel. On valorise désormais ces pères, qui en donnant le biberon, s'impliquent de plus en plus dans les soins donnés à l'enfant et les publications médicales se concentrent sur la médicalisation du sevrage.

Soutenues par les instances médicales et politiques, de nombreuses initiatives mondiales de promotion de l'allaitement vont se mettre en place dans les années 80-90 :

- *Le code international de commercialisation des substituts du lait maternel* proposé par l'OMS en 1981, a guidé 65 pays, dont la France, dans la limitation de la publicité autour du lait artificiel, des biberons et tétines. Il interdit aux professionnels de santé de jouer un rôle dans la promotion des substituts du lait maternel et en interdit la distribution d'échantillons gratuits. Sur l'emballage des produits, la supériorité du lait maternel doit être mis en avant alors que toute image idéalisant l'allaitement artificiel est proscrite(15).
  En 1990, *la déclaration d'Innocenti* sur la protection, l'encouragement et le soutien de l'allaitement maternel sera ratifiée par les représentants de 10 agences des Nations Unies et de 32 pays, la France n'en faisant pas partie(16) ;
- *L'Initiative Hôpital Ami des Bébés* fera suite. (17) Il s'agit d'un label pour les maternités qui respectent les *« 10 conditions pour le succès de l'allaitement maternel »* que l'OMS et l'UNICEF diffusent depuis 1989.

Depuis lors, en France, on assiste à la ré-ascension du taux d'initiation de l'allaitement maternel qui redevient prépondérant à la naissance dès la fin des années 90.(11)

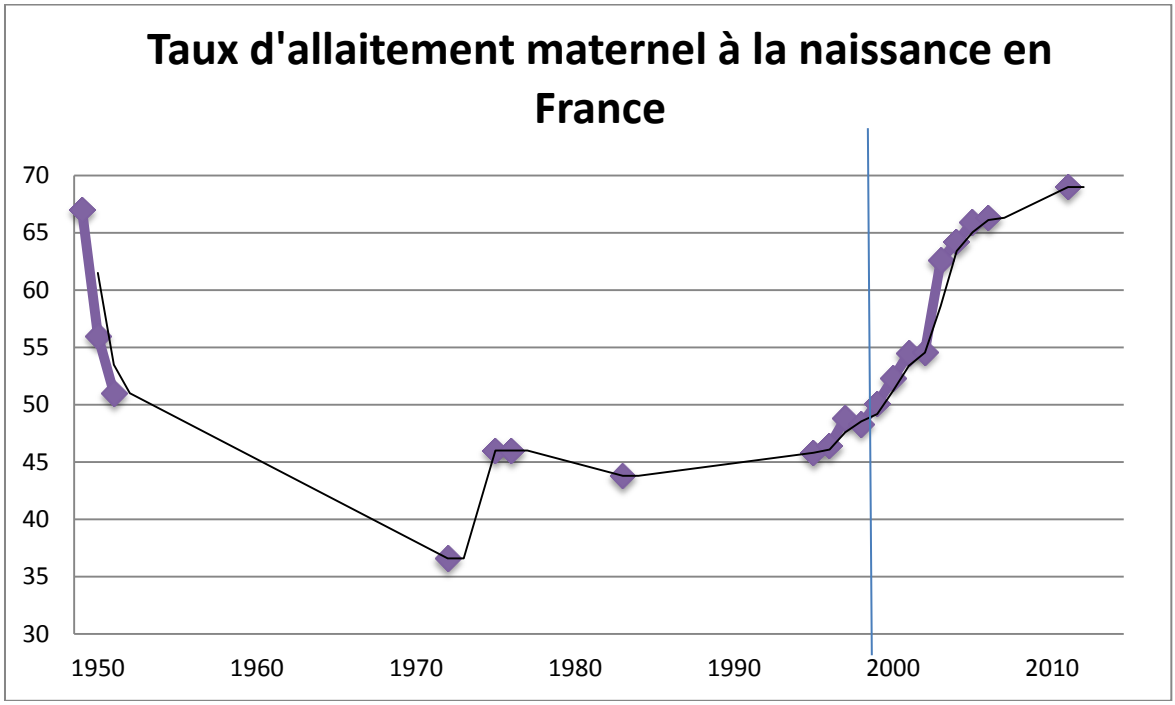


Figure 2 : Profil de l'évolution du taux d'allaitement maternel en France selon les données issues de différentes sources (8)(11)(18)(19)(20)(21)

Ainsi le taux d'initiation de l'allaitement continue à augmenter en France, mais il semble également que ces allaitements se prolongent de plus en plus avec des durées d'allaitement moyennes à la hausse depuis les années 90. (22)

Quelle est aujourd'hui la durée préconisée pour l'allaitement maternel ?

I- Les recommandations scientifiques

A) Recommandations internationales

Dans les années 80-90, on préconise un allaitement maternel exclusif de 4 à 6 mois. Mais un certain nombre d'études commencent à démontrer que la diversification alimentaire dès 4 mois ne présentait aucun avantage sur le plan de la croissance et du statut nutritionnel de l'enfant, et augmenterait même la morbidité infantile.

En 2001, la commission scientifique de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS)a compilé plus de 3000 références de la littérature médicale.(23) Les experts ont pris en compte la croissance infantile, la morbidité, le statut martial, la prévalence de l'atopie, le développement neurologique de l'enfant ainsi que la perte de poids de la mère, la durée de l'aménorrhée lactationnelle. Il en ressort une recommandation toujours en vigueur actuellement qui présente de nombreux avantages pour la mère et l'enfant.

« Pour l'ensemble d'une population, on recommande désormais l'allaitement exclusif au sein pendant les six premiers mois de la vie et il doit se poursuivre ensuite jusqu'à l'âge de deux ans au moins, en l'associant à une alimentation de complément qui convienne.[...]Le lait maternel est le premier aliment naturel pour les nourrissons: il fournit toutes les calories et les nutriments dont l'enfant a besoin pendant les premiers mois de la vie et continue de couvrir la moitié ou plus des besoins nutritionnels pendant le second semestre de vie, et jusqu'à un tiers de ces besoins pendant la deuxième année. »(24)

B) Recommandations étrangères

Le conseil national de la santé et de la recherche médicale **australien** préconise dès 1995, dans ses recommandations pour l'alimentation des enfants, *« un allaitement exclusif pour les 6 premiers mois, le lait maternel devant rester la principale source d'alimentation pendant 1 an. L'allaitement peut être poursuivi la seconde année, sans limite supérieure d'âge »*.(25)

L'Académie **Américaine** de Pédiatrie (AAP) réaffirme, en 2012, sa recommandation de 1997 en faveur d'un allaitement exclusif d'environ 6 mois, puis la poursuite jusqu'à 1 an ou plus selon le souhait de la mère et de l'enfant.(26) L'AAP préconise également l'utilisation des courbes de croissance de l'OMS pour la surveillance du nourrisson afin de ne pas surestimer un retard staturo-pondéral d'un enfant allaité vis-à-vis d'un enfant au biberon.

La société **canadienne** de pédiatrie s'inspire des recommandations de l'OMS en préconisant un allaitement maternel exclusif jusqu'à 6 mois, mais précise que *« les recommandations entourant le moment approprié d'introduction des aliments complémentaires devraient aussi s'appuyer sur les signes de maturité du nourrisson. Cette introduction peut être faite quelques semaines avant l'âge de six mois ou juste après. Après cet âge, la non-introduction d'aliments complémentaires augmente le risque de carence en fer».*(27) Parmi les recommandations autour du sevrage, on peut lire qu'il faut encourager la poursuite de

l'allaitement jusqu'à deux ans, et même après, tout en donnant des conseils nutritionnels adaptés.(28)

De même, les sociétés **espagnole** et **allemande** de pédiatrie suivent les recommandations de l'OMS. (29)(30)

Le collège royal de pédiatrie **britannique** encourage l'allaitement maternel sans préciser de durée.(31)

Les pédiatres **italiens**, quant à eux, préconisent l'introduction du lait artificiel après la première année. (32) En **Belgique**, l'allaitement maternel est également privilégié jusqu'à l'âge de 1 an.(33)

La Société Européenne de gastro-entérologie, hépatologie et nutrition pédiatrique (ESPGHAN), recommande un allaitement exclusif idéalement de 6 mois, 4 mois au minimum et affirme que l'allaitement doit être poursuivi aussi longtemps que la mère et l'enfant le souhaitent.(34)

C) Recommandations françaises

L'agence nationale d'accréditation et d'évaluation en santé (ANAES), lors d'une conférence de consensus en mai 2002, cherche à promouvoir un allongement de la durée de l'allaitement en France. Elle recommande un allaitement maternel exclusif de 6 mois afin de favoriser le développement optimal du nourrisson tout en le protégeant des infections gastro-intestinales, ORL et respiratoires.(35)

La société française de pédiatrie recommandait également, en 2003, l'allaitement maternel et ce jusqu'à l'âge de un an. Au-delà, il n'est plus évoqué alors même qu'un apport d'environ 500 ml par jour de lait de croissance est préconisé jusqu'à l'âge de 3 ans. (36)
En 2005, les même auteurs(37) vont reprendre la recommandation de l' OMS dans son ensemble. Ils vantent alors les bénéfices de l'allaitement maternel pour la mère et l'enfant en expliquant qu'il permet une croissance normale au moins jusqu'à l'âge de 6 mois, et peut être poursuivi jusqu'à l'âge de 2 ans ou plus, à condition d'être complété par la diversification alimentaire à partir de 6 mois.
En 2006, la Haute Autorité de Santé (HAS), rappellera simplement la recommandation de l'ANAES sans se prononcer sur la poursuite de l'allaitement au delà de la diversification.(38)

Néanmoins la même année, il sera réaffirmé dans la synthèse du deuxième Programme National Nutrition Santé (PNNS) que : *« L'allaitement maternel exclusif permet une croissance normale au moins jusqu'à l'âge de 6 mois. Il n'y a donc pas de raison d'introduire d'autres aliments avant cet âge, comme l'OMS le recommande, en insistant sur le fait que l'allaitement maternel peut être poursuivi jusqu'à l'âge de 2 ans ou même davantage, selon les souhaits de la mère, à condition d'être complété par la diversification alimentaire à partir de l'âge de 6 mois ».*(39)

On retrouve cette volonté de promouvoir et de respecter l'allaitement maternel

prolongé dans les propositions du PNNS 2011-2015 au travers de 2 de ces objectifs.(40) L'objectif n° 11 réside dans la protection du droit des femmes à allaiter et du droit des enfants à être allaités (protection de l'allaitement au travail, dans les crèches, chez les assistantes maternelles et dans les lieux publics) tout en faisant évoluer le regard vis-à-vis de l'allaitement en le rendant plus visible dans les médias. L'objectif n° 12, quant à lui, vise à réduire la fréquence du déficit en fer chez les enfants de 6 mois à 3 ans. La première solution mise en avant étant de favoriser l'initiation et la prolongation de l'allaitement maternel et sinon le recours au « lait de croissance » à partir de l'âge de 1 an.

II- Les recommandations religieuses

On retrouve en effet dans le Talmud pour les juifs puis dans le Coran pour les musulmans, des recommandations concernant la durée de l'allaitement.

« Et les mères qui veulent donner un allaitement complet, allaiteront leurs bébés deux ans complets. [...] La mère n'a pas a subir de dommages à cause de son enfant, ni le père, à cause de son enfant. Même obligation pour l'héritier. Et si après s'être consultés tous deux tombent d'accord pour décider le sevrage, nul grief à leur faire.(41)

Dans la Bible, on ne retrouve pas de tel conseil mais il est difficile d'ignorer les nombreuses représentations de la Vierge qui allaite. Apparues dès le V^{e} siècle, ce thème très spirituel reprend l'iconographie commune dans l'Egypte ancienne d'Isis allaitant son fils Horus. Ce n'est que plus tard, au Moyen Age, que l'on retrouve en occident le motif de *Maria Lactans.* Si pour les théologiens, il s'agit à la fois d'une image de la nourriture spirituelle apportée par la parole de Dieu comme de l'humanité du Christ, elle reste pour les gens du peuple le principal support de leur éducation religieuse. Les mères qui allaitent au quotidien se sentent alors soutenues et réconfortées dans leur tache.(5)

Figure 3 : La vierge au coussin vert, Andréa Solari vers 1507, musée du Louvre

L'allaitement maternel aujourd'hui

I- Allaitement maternel à 1 an dans le monde

Seuls quelques pays développés éditent des statistiques concernant l'allaitement maternel au delà de la première année de vie. En 2003, un groupe de travail financé par la Commission Européenne a publié un bilan de la situation européenne, reprenant entre autres les taux d'allaitement nationaux de 0 à 12 mois.(42)

		Taux d'initiation de l'allaitement maternel	Taux d'allaitement maternel à 12 mois
Allemagne	1997/98	96 %	13 %
Autriche	1998	96 %	10 %
Belgique	1998/00	63/72 %	4 %
Grande-Bretagne	2000	69 %	13 % (à 9 mois)
Islande	2000		13 %
Lituanie	2000/02	98 %	7 %
Norvège	1998	99 %	36 %
Portugal	1998/99	90 %	16 %

Tableau 1 : Taux d'allaitement maternel à la naissance et à 12 mois rapporté en 2003 dans les pays de l'union européenne.
A noter qu'il n'y a alors pas de chiffres disponibles pour la France.

A 1 an, le taux d'allaitement maternel aux **États-Unis** est de 23 % pour les enfants nés en 2006(43) ainsi qu'en **Australie** selon les données de 2004.(44) Il ne serait que de 5 % au **Canada** en 2007-2008.(45)

Pour les pays en voie de développement, où l'allaitement maternel constitue de loin la meilleure chance de survie des enfants, l'UNICEF tente de collecter des données comparables.

En 2006-2011*	Enfants allaités âgés de 20-23 mois
Afrique	44 %
Afrique sub-saharienne	46 %
Afrique du nord et moyen orient	31 %
Asie (sauf la Chine)	69 %
Amérique latine et caraïbes	33 %
Europe centrale et Europe de l'Est	22 %
Pays industrialisés	-
Pays développés (sauf la Chine)	56 %
Pays peu développés	61 %
Monde (109 pays)	55 %

Tableau 2 : taux d'enfants allaités entre 20 et 23 mois selon les zones géographiques selon UNICEF. (46)
**Les données se réfèrent à l'année la plus récente disponible au cours de la période indiquée en tête de colonne.*

II- Allaitement maternel après la diversification en France

Aujourd'hui, en France, il est encore difficile de trouver des chiffres sur l'allaitement au delà de la diversification. La plupart des études ciblent les causes d'arrêt précoce de l'allaitement maternel et ne vont guère au delà du 3e mois.

En 2002, devant le manque de données officielles, l'institut des mamans a réalisé une enquête à la demande de la Leche League France(47). 25 % des mères françaises allaiteraient à 6 mois et 2,8 % poursuivraient au delà de 1 an. A noter que cette enquête présente un biais de recrutement non négligeable puisqu'elle repose sur un sondage internet auprès de 1117 mères inscrites dans leur panel.

Une enquête rétrospective, réalisée en 2007 au centre hospitalier de Niort, portant sur 423 naissances retrouvait qu'à 6 mois 28 % des enfants étaient toujours allaités et qu'à 9 mois, 11 % l'étaient encore. (48)

A la même période, des études, moins puissantes, à Toulouse (49) et en Pays de Loire (50)retrouvent des données proche avec à 6 mois, 25 % d'allaitement, contrairement en Rhône-Alpes. (51) En effet, cette étude prospective d'une cohorte de 700 femmes allaitantes, ne trouve que 15 % d'allaitement à 6 mois, 5,6 % à 9 mois et ce chiffre tombe à 1 an avec seulement 2,3 % d'enfants toujours allaités au-delà de leur premier anniversaire.

Des chiffres plus officiels commencent à être publiés reposant sur des données nationales, comme celles de l'analyse des certificats obligatoires de santé de l'enfant. Depuis le 1er janvier 2006, est apparu dans le certificat du 24e mois, une rubrique autour de « l'allaitement au sein » [Annexe 1]. Malheureusement, le taux de remplissage moyen dépasse à peine les 30% à 24 mois, avec une forte disparité selon les départements, ce qui

nécessite un long travail de redressement et de corrections statistiques pour pouvoir faire des projections sur l'ensemble de la tranche d'âge. On a pu ainsi obtenir, en 2012, les premiers chiffres validés de l'allaitement après 12 mois pour les enfants nés en 2008. (52)

Durée de l'allaitement au sein	Pas d'allaitement	<6 semaines	De 6 semaines à 3 mois	De 3 à 6 mois	De 6 à 9 mois	De 9 à 12 mois	>12 mois
Enfants nés en 2008	43 %	8,8 %	14,1 %	15,4 %	8,6 %	3,8 %	6,4 %
Enfants nés en 2009	40.9 %	9 %	14.4 %	15.8 %	9.1%	4 %	6.9%

Tableau 3 : Durée de l'allaitement maternel en France d'après l'analyse des certificats de santé du 24e mois.(52)(53)

A noter qu'il n'existe pas de chiffre pour la Loire Atlantique. Les résultats pour les enfants en 2010 ne sont pas encore publiés.

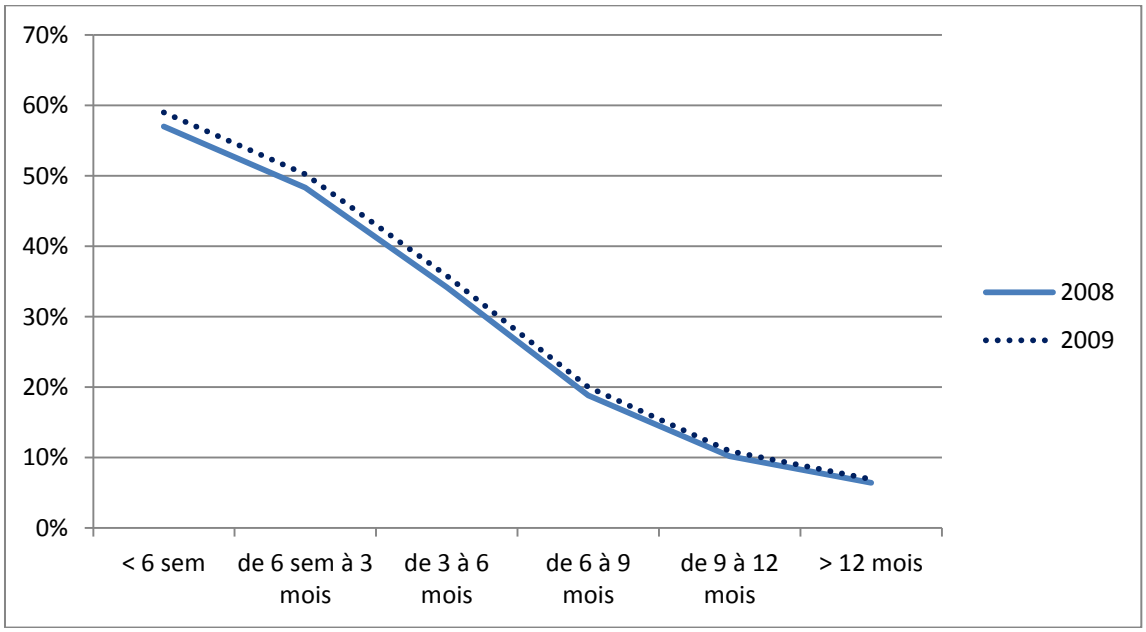


Figure 4 : Durée de l'allaitement maternel en France d'après l'analyse des certificats de santé du 24e mois.

Des données plus précises devraient être bientôt publiées, au travers de l'étude nationale EPIFANE 2011-2013, réalisée par l'INVS. Elle porte sur l'alimentation et l'état nutritionnel des enfants pendant leur première année de vie. Il s'agit d'une étude prospective auprès de 3500 enfants. Il y est notamment question de la fréquence, la durée et l'exclusivité de l'allaitement maternel. 69 % des nourrissons reçoivent du lait maternel à la maternité (dont 9% en association avec des formules lactées). Pour le moment, nous ne disposons que des résultats à 1 mois et ces derniers révèlent que seulement 54% des nourrissons sont encore allaités à cet âge, et seulement 35% de façon exclusive. (18)

Même si le pourcentage d'enfants allaités à 1 an, en France, semble encore faible par rapport à d'autres pays, il pourrait déjà représenter près d' **1 enfant sur 15** (6.67%). En ramenant ce chiffre au nombre de naissances annuelles, soit 800 000, ce sont désormais plus de 53 000 enfants par tranches d'âge qui seraient allaités au-delà de 1an en France. Il apparaît alors que chaque professionnel de santé est à même de rencontrer ces enfants et ces femmes lors de ses consultations.

Introduction

Comme nous venons de le voir, allaiter au delà de la diversification alimentaire est une réalité historique et se pratique dans beaucoup de pays y compris en Europe.
De nombreuses études ont mis en avant les bénéfices de l'allaitement maternel prolongé, aussi bien pour l'enfant que pour sa mère(23), et ont fait apparaitre ce choix comme judicieux en terme de santé publique.

Dès lors, de nombreuses initiatives ont été mises en place, afin de promouvoir l'allaitement maternel(15)(16)(17) donnant lieu à des recommandations internationales(24) reprises au niveau national(35)(36)(37)(38). Aujourd'hui encore, la promotion de l'allaitement maternel reste un sujet d'actualité en France et demeure une des priorités du PNNS. Si dans les années 90, l'initiation de l'allaitement maternel était le cheval de bataille des pouvoirs publiques, désormais, les instances médicales et politiques souhaitent également qu'il puisse se prolonger après la reprise du travail des mères et même au-delà de la première année.(40)

Mais alors que des voix mettent en garde contre la culpabilisation des mères qui ne souhaitent pas allaiter, E. Badinter, figure du combat féministe égalitaire des années 70, s'insurge contre la propagande outrancière pro-allaitement, synonyme pour elle, d'une société qui réduit la femme à son rôle de mère. *« Je suis contre cette écologie qui fait reculer les libertés de la femme. L'argument nataliste interdit la diversité des désirs féminins, comme si on était des mammifères babouines !».* (54)

Force est de constater, qu'en France, de tels propos trouvent écho dans la population et que donner un biberon à un nouveau né semble toujours moins aberrant que de donner le sein à un enfant qui marche. (55)(56) De plus, lorsque les médias se chargent de traiter le sujet, l'allaitement maternel prolongé reste présenté comme une pratique anecdotique ou curieuse et la parole est laissée à des « experts » qui le jugent encore délétère.(57)(58)(59) Pourtant, nos recherches préliminaires nous ont permis de prendre connaissance de multiples travaux de recherche français(22)(45)(48)(60)(61)(62)(63)(64)(65)(66) ainsi que de rares statistiques(52)(53) qui indiquent qu'il s'agit d'une pratique émergeante (ou ré-émergeante) en France bien plus fréquente que ce que l'on a coutume de croire.

Notre pratique clinique en médecine générale libérale, comme la découverte de la littérature américaine(1), nous laissent penser que cette idée de marginalité est entretenue par le fait que certaines mères préfèrent cacher cette pratique hors de la « norme sociale » plutôt que de la revendiquer et cela, même auprès des professionnels de santé. Or ces femmes ont des besoins médicaux spécifiques et la non prise en compte de leur allaitement peut être délétère pour elles et leurs enfants.

Afin de mieux comprendre pourquoi et comment l'allaitement maternel prolongé s'inscrit dans les choix de santé et sous-tend les relations de ces femmes avec les professionnels de santé, nous avons fait le choix de recueillir le témoignage de femmes qui pratiquent l'allaitement prolongé au moyen d'entretien afin de mieux appréhender leur pratique.

Matériel et méthode

I- Choix du type d'étude

Il s'agit d'une étude qualitative par entretiens semi-structurés.
L'approche qualitative n'a pas pour objectif de vérifier ou de confronter une hypothèse mais bien d'être un travail préliminaire visant à approfondir la réflexion autour d'un questionnement de départ : l'allaitement maternel prolongé est-il une pratique cachée ?
Le matériel issu des entretiens individuels permet de mieux appréhender les choix des mères et comprendre la logique qui les guide.

II-Population de l'étude

L'allaitement maternel prolongé n'ayant pas de définition en dehors du cadre socioculturel, nous avons fait le choix arbitraire de fixer une durée minimale de 1 an pour parler d'allaitement prolongé dans cette étude. A cet âge, l'enfant a des dents, se déplace et commence à parler ; cette image s'oppose donc à celle du nourrisson allaité, courante dans l'imaginaire collectif. Il nous semblait important d'éviter ainsi la confusion entre un allaitement qui dure un peu plus que la norme sociale et un allaitement prolongé, en accord avec les recommandations internationales et nationales, à savoir au delà de la diversification alimentaire et ce jusqu'à 2 ans ou plus.

A) Critères d'inclusion

Les critères d'inclusions pour les mères étaient :
- d'avoir réalisé un ou des allaitement(s) maternel(s) de plus d'un an ;
- d'être suivie par un médecin généraliste différent de ceux des autres femmes.

B) Critères de non inclusion

Les critères de non inclusion de l'étude étaient :
- que le dernier sevrage remonte à plus de 5 ans ;
- un niveau de français insuffisant pour s'exprimer aisément à l'oral lors de l'entretien ;
- de ne pouvoir être physiquement présentes lors de l'entretien.

III-Constitution du corpus

Dans la recherche qualitative, la taille de l'échantillon est réduite et n'obéit pas une règle de calcul. Un tel corpus ne cherche pas à être statistiquement représentatif d'une population mais tente d'en explorer la diversité. Nous avons donc Il est donc rechercher des profils de participantes variés (âge, nationalité, religion, nombres d'enfant, activité professionnelle, niveau socio-économique…). *A partir d'un certain nombre d'entretiens les informations recueillies apparaissent redondantes et semblent n'apporter plus rien de nouveau […] ce n'est qu'après avoir jugé ce point de « saturation » atteint que l'on peut effectivement considérer la campagne d'entretiens comme close.* (67) Le recrutement des mères s'est ainsi poursuivi jusqu'à saturation des données.

IV-Déroulement de l'étude

A) Le guide d'entretien

Notre projet étant la réalisation d'entretiens semi-dirigés, 2 entretiens test ont été réalisés auprès d'amies de l'enquêtrice. Ces entretiens n'ont pas été retenus dans l'étude mais ils ont permis de se familiariser avec le vocabulaire utilisé par les mères, la technique de l'entretien ainsi que de mettre à jour différents axes thématiques qui peuvent s'associer à l'allaitement prolongé.
3 thèmes ont ainsi été retenus :

- La pratique de l'allaitement au-delà de 1 an ;
- Les pratiques de santé en général ;
- L'attitude face aux professionnels de santé.

Un guide d'entretien (annexe 1) alors été formulé afin de pointer au cours de l'entretien et pour chaque thème : ce que font les mères, les difficultés qu'elles rencontrent et comment pensent-elles que cela puisse s'améliorer.
Des questions de relance ont été préparées dans l'hypothèse où les femmes interviewées n'abordaient pas spontanément les différents thèmes choisis.

B) Le recrutement des mères

Les 12 femmes participant à cette étude ont été recrutées :

- soit par accès direct par l'enquêtrice lors de remplacements en Loire Atlantique de mai 2012 à août 2013 dans différents cabinets de médecine générale, maison médical de garde ou lieu publique. Un panel de près de 20 femmes a ainsi été constitué au gré des rencontres;
- soit par accès indirect par l'intermédiaire d'un tiers au courant de notre étude (amies, secrétaire médicale, patiente ou autres participantes à l'étude).

C) Prise de rendez-vous et présentation de l'étude

Après un premier contact par l'enquêtrice (consultations médicales ou rencontre fortuite) ou le tiers entremetteur, les mères ont été recontactées par téléphone pour leur proposer de participer à notre étude.
Il a été alors précisé qu'il s'agissait d'un travail de thèse en Médecine générale autour de l'allaitement prolongé que nous cherchions à enrichir de témoignage de mères. Le cadre bénévole de l'étude est resté implicite. L'heure et le lieu de rendez-vous ont été laissés au choix des participantes en précisant qu'il fallait compter en général une heure pour la réalisation de l'entretien. Parmi les femmes que nous avons réussi à contacter, aucun refus n'a alors été exprimé et les modalités du rendez-vous ont été fixées. Une mère ne donnera pas suite après qu'elle ait reporté à 2 reprises notre rencontre.

D) Déroulement des entretiens

Une fois installée, une brève présentation de notre travail était faite aux mères où nous expliquions vouloir recueillir des témoignages de femmes ayant allaité leur ou leurs enfant(s) pendant plus de 1 an. L'enquêtrice avait à sa disposition le guide d'entretien qu'elle gardait auprès d'elle tout en expliquant aux mères qu'il contenait les différents axes que nous souhaitions aborder ensembles sans les mentionner.
Il était ensuite précisé, qu'avec leur accord, l'entretien serait enregistré à l'aide d'un Smartphone afin de réaliser des retranscriptions fidèles tout en veillant à anonymiser leurs propos.
La parole était alors laissée aux mères avec la consigne suivante: « *parlez-moi de votre allaitement »*.
Une écoute active a permis à l'enquêtrice de confronter le discours des mères au guide d'entretien en cochant discrètement les thèmes spontanément abordés. Tout en évitant de trop souvent couper les mères dans leur discours, leurs silences, l'enquêtrice a pu intervenir pour faire préciser certains points ou bien en reformuler d'autre afin d'être sûre de bien comprendre le sens donné par les mères à leurs propos. Les questions de relance ont ensuite permis de revenir sur les points qui n'avaient pas été abordés.
L'entretien prenait fin lorsque les mères semblaient ne plus avoir de choses à rajouter.
Les données démographiques étaient alors complétées avant de mettre fin à l'enregistrement.

E) Retranscription des entretiens

La retranscription des entretiens était réalisée au plus tôt et au mot près (hormis noms, prénoms et référence géographique). Les structures de phrases ont donc été retranscrites telles quelles. Les silences, les hésitations ont été traduits par des points de suspension. Les rires et certains éléments non verbaux ont également été notés. Enfin, le contexte environnemental, les interventions de tiers, les mises au sein ont été précisés.

V-Analyse thématique

Après relectures des entretiens, il est apparu de nombreuses thématiques récurrentes. Chacun des 12 entretiens a alors été découpé par unité de sens, où chaque item reprenait une même idée. Ces items ont ensuite été classés selon les thématiques dégagées permettant une analyse transversale de l'ensemble de ces données

Résultats

I - Echantillon étudié

Ces données ont été spontanément évoquées au cours des 12 entretiens ou bien précisées à la fin de ceux-ci avec les mères participant à notre étude.

A) Age maternel

Les mères rencontrées lors de cette étude ont entre 27 et 42 ans au moment du recueil des données, soit une moyenne de 36,5 ans (âge médian : 37 ans).
L'âge du premier enfant se situe quant à lui entre 24 et 35 ans avec un âge moyen de 28,6 ans et un âge médian de 26,5 ans.

B) Nationalité

Toutes ces femmes sont de nationalité française.
10 femmes sont françaises par leur naissance, l'une d'elle précise être d'origine marocaine.
2 femmes possèdent une double nationalité, Mme H est allemande et Mme L péruvienne, elles ont acquis la nationalité française par leur mariage.

C) Situation familiale

Une mère élève seule son enfant (Mme E) alors que les 11 autres vivent maritalement dont Mme B et Mme I au travers d'une seconde union.

D) Milieu de vie

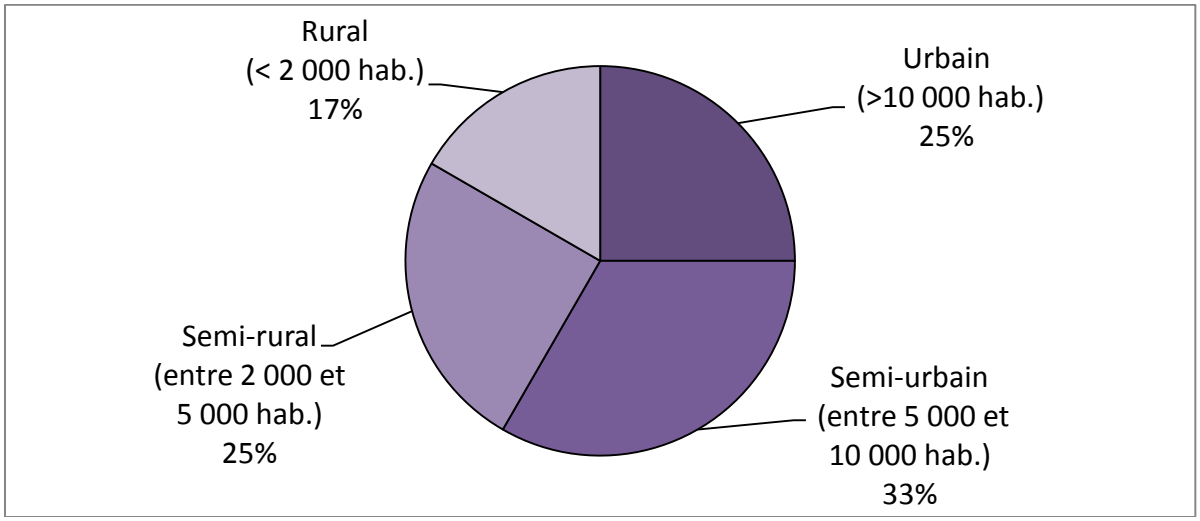


Figure 5 : répartition des lieux de résidence des mères

E) Niveau d'étude des mères

9 femmes ont évoqué leur niveau d'études supérieures allant de Bac +2 à Bac +8.
Parmi elles, on retrouve Mme A, Mme H et Mme K qui ont poursuivi de longues études avant d'opter pour une reconversion professionnelle ne nécessitant pas un tel niveau de formation.

F) Catégories socioprofessionnelles des mères

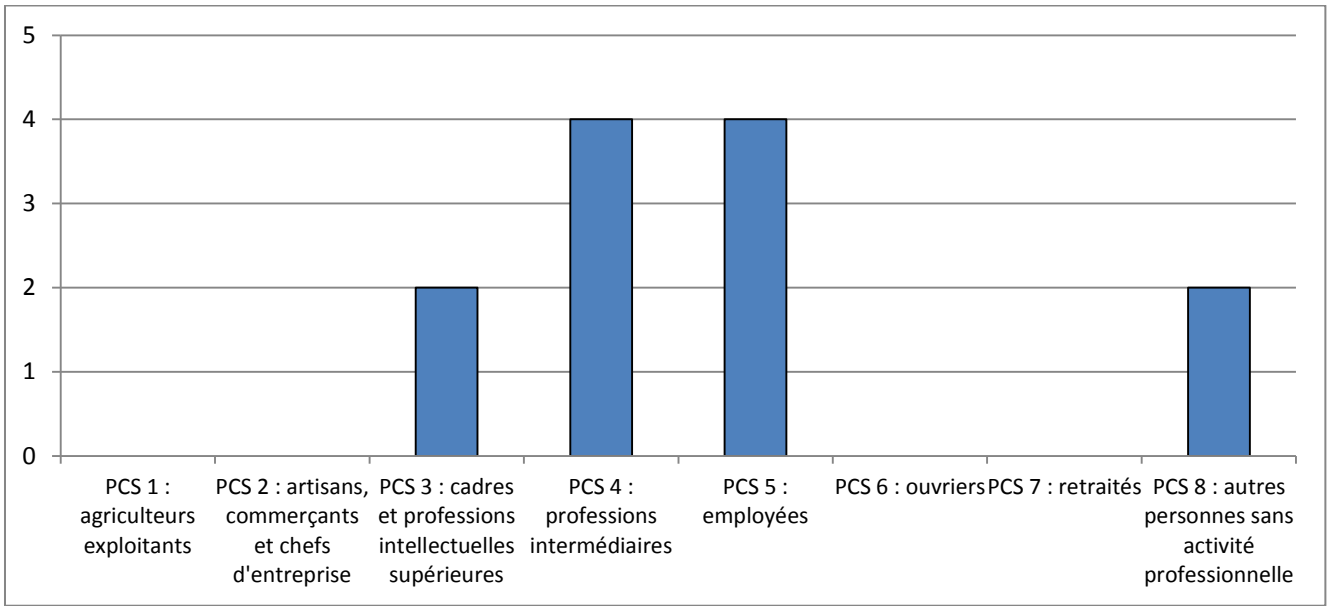


Figure 6 : Catégories socioprofessionnelles des mères
[Selon la nomenclature des professions et catégories socioprofessionnels (PCS 2003) de l'INSEE]

Mme A, en reconversion professionnelle lors de notre entretien, a été comptabilisée en tant qu'assistante maternelle, profession qu'elle exerce depuis la fin de l'étude.

G) Activité professionnelle

42% des femmes rencontrées travaillent à temps complet ou partiel.
58% sont sans activité professionnelle du fait d'un congé parental, d'une période de chômage ou bien par choix.

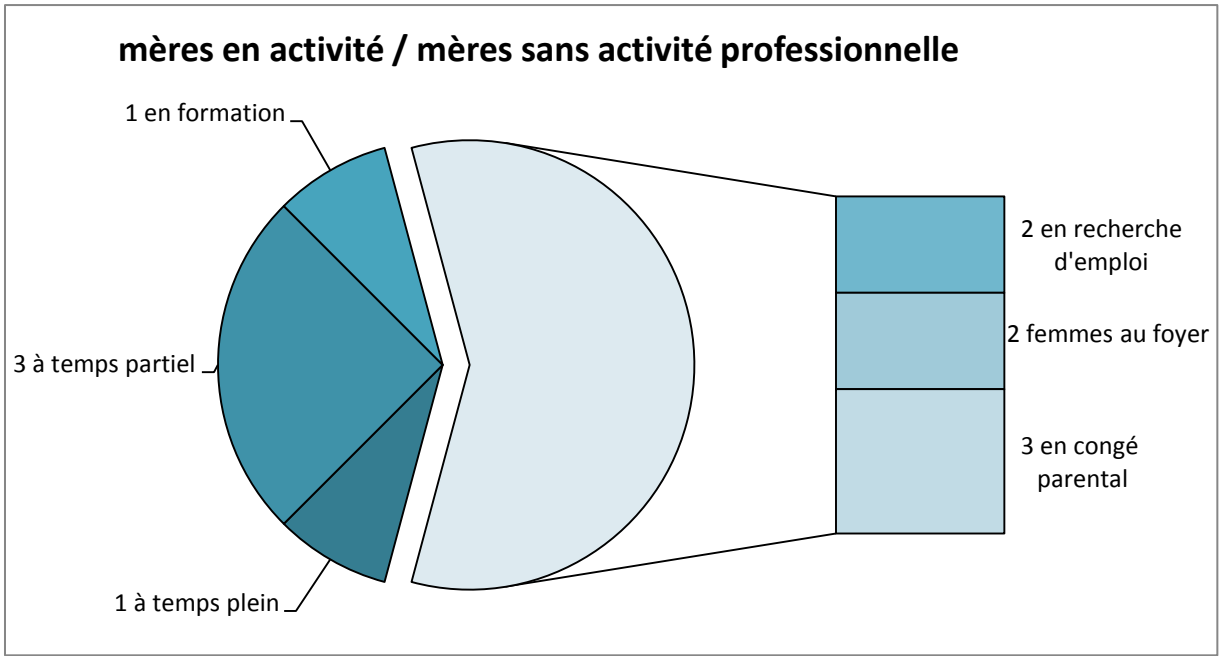


Figure 7 : Répartition des femmes selon leur activité professionnelle

H) Religion pratiquée

2 femmes ont fait mention de leur religion : Mme C est musulmane et Mme L est catholique.

I) Allaitement maternel

9 femmes ont déclaré avoir été allaitées par leur mère et ce de quelques jours à l'âge de 1 an.
1 femme n'en n'a pas fait mention et 2 expliquent ne pas avoir été allaitées.

Tableau 4 : tableau récapitulatif des caractéristiques de la population étudiée

	A.M.	Nationalité	Situation	Milieu de vie	Niveau d' étude	Emploi	Activité	Religion pratiquée
Mme A 32 ans	+ quelques semaines	Française	Mariée	Urbain	Bac+5	En cours de formation Assistante maternelle (PCS 563)	-	
Mme B 30 ans		Française	2e union	Rural		Employée de restauration (PCS 561)	Congé parental	
Mme C 40 ans	+	Française d'origine marocaine	Mariée	Semi-rural		Assistante maternelle (PCS 563)	Congé parental	Musulmane
Mme D 39 ans	+ quelques jours	Française	Mariée	Semi-urbain		Hôtesse de l'air (PCS 546)	Congé parental	
Mme E 27 ans	+ 1 an	Française	Célibataire	Semi-rural	Bac+2	Modéliste (PCS 465)	Sans emploi	
Mme F 36 ans	-	Française	Mariée	Semi-rural	Bac+3	Assistante sociale (PCS 434)	50 %	
Mme G 35 ans	+ 3 semaines	Française	Pacsée	Rural	Bac+8	Enseignant-chercheur (PCS 342)	Temps plein	
Mme H 42 ans	+ 3-4 semaines	Allemande	Mariée	Semi-urbain	Bac+8	Femme au foyer (PCS 85)	-	
Mme I 42 ans	+	Française	2e union	Urbain	Bac+2	Attachée commerciale (PCS 46)	50 %	
Mme J 37 ans	-	Française	Mariée	Urbain	Bac+3	Fonctionnaire Catégorie B (PCS 425)	80 %	
Mme K 42 ans	+ 3 mois	Française	Mariée	Semi-urbain	Bac+5	Femme au foyer (PCS 85)	-	
Mme L 37 ans	+	Péruvienne	Mariée	Semi-urbain	Bac+5	Ingénieur industriel (PCS 385)	Sans emploi	Catholique

A.M. : + si les femmes ont été allaitées par leur mère
- si les femmes n'ont pas été allaitées

J) Enfants et allaitements

3 femmes sont primipares, 3 ont eu 2 enfants, 3 en ont eu 3 et 1 en a eu 4 et 2 en ont eu 5.
On comptabilise ainsi 32 enfants dont 46.9% de filles et 53.1% de garçons.
Sur ces 32 enfants, 31 ont été ou sont allaités puisque 7 enfants de 8 mois à 3 ans ne sont pas encore sevrés.
Les allaitements vont de quelques semaines à 3 ans 1/2 avec une durée moyenne de 17,4 mois et une durée médiane de 16 mois.
Parmi tous ces enfants, 20 ont ainsi été allaités plus de 1 an.

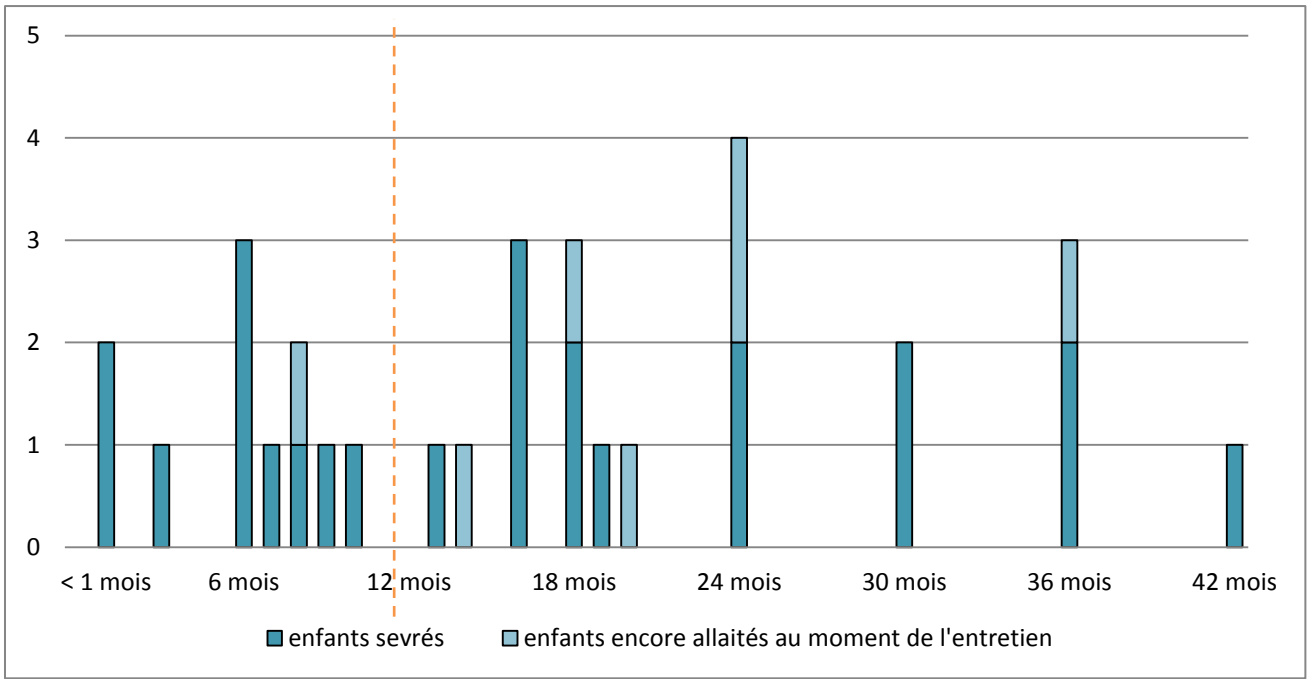


Figure 8 : Nombre d'enfants sevrés en fonction de l'âge

Tableau 5 : Récapitulatif de la durée d'allaitement par enfant et par mère et du délai entre l'entretien et le dernier sevrage

Mères		**Enfants**			**Délai entre l'entretien et la fin du dernier allaitement**
	Durée cumulée d'allaitement maternel	Age	Sexe	Durée d'allaitement maternel	
Mme A	>54 mois (co-allaitement)	5 ans	♀	3 ans ½	-
		3 ans	♂	En cours	
Mme B	>27 mois	6 ans	♀	3 mois	-
		2 ans	♂	En cours	
Mme C	55 mois	14 ans	♀	Quelques semaines	6 mois
		12 ans	♂	18 mois	
		10 ans	♂	18 mois	
		2 ans	♂	19 mois	
Mme D	>59 mois	6 ans	♀	15 mois ½	-
		4 ans	♀	3 ans	
		8 mois	♂	En cours	
Mme E	30 mois	3 ans	♀	2 ans ½	6 mois
Mme F	18 mois	11 ans	♂	0	6 mois
		7 ans	♂	6 mois	
		18 mois	♂	13 mois	
Mme G	>18 mois	18 mois	♀	En cours	-
Mme H	76 mois	18 ans	♀	6 mois	1 an
		16 ans	♀	6 mois	
		15 ans	♂	10 mois	
		13 ans	♀	2 ans	
		3 ans	♂	2 ans ½	
Mme I	>64 mois (co-allaitement)	9 ans	♀	3 ans	-
		7 ans	♂	8 mois	
		20 mois	♀	2 ans ½	
Mme J	>31 mois	5 ans	♂	7 mois	-
		2 ans	♂	En cours	
Mme K	65 mois	16 ans	♂	2 semaines	5 ans
		14 ans	♀	9 mois	
		11 ans	♀	16 mois	
		9 ans	♂	16 mois	
		7 ans	♀	2 ans	
Mme L	>14 mois	14 mois	♀	En cours	-

K) Choix en matière de santé

Tableau 6 : Tableau récapitulatif des choix des mères vis-à-vis de leur santé et de celle de leurs enfants

	Mères				Enfants			
	Tabac	Alcool	P.S. consultés pendant l'A.M.	Contraception	Age	Sexe	Suivi médical	Vaccins
Mme A	-	rare	M.G. Gynécologue Sage-femme	Pilule micro-progestative	5 ans	♀	Pédiatre puis M.G.	Vaccins reco Sauf VHB
					3 ans	♂	M.G.	
Mme B	-	-	M.G. Pharmacien	Désire une contraception non hormonale	6 ans	♀	M.G. +suivi au CHU	+
					2 ans	♂	M.G.	
Mme C			M.G.	Spermicide puis DIU et enfin Stérilisation tubaire	14 ans	♀	Pédiatre puis M.G.	+
					12 ans	♂	M.G.	
					10 ans	♂		
					2 ans	♂		
Mme D	-		M.G.	Pilule micro-progestative	6 ans	♀	Pédiatre puis M.G.	+
					4 ans	♀	M.G.	
					8 mois	♂		
Mme E	-	-	Dentiste Pharmacien	DIU	3 ans	♀	M.G.	Limité au DTPCa à l'entrée en crèche
Mme F	-	-		Pilule puis implant	11 ans	♂	Suivi CHU PMI M.G.	+
					7 ans	♂		
					18 mois	♂		
Mme G	-	rare	Gynécologue	DIU	18 mois	♂	M.G.	DTPCa seul
Mme H	-	rare	M.G. Gynécologue	Vasectomie	18 ans	♀	M.G.	+
					16 ans	♀		
					15 ans	♂		
					13 ans	♀		
					3 ans	♂		
Mme I	-	-	Urgentiste Anesthésiste M.G.	Non hormonale	9 ans	♀	M.G.	+
					7 ans	♂		
					20 mois	♀		
Mme J	+		M.G. Gynécologue Anesthésiste		5 ans	♂	Pédiatre Puis M.G. et ORL	+
					2 ans	♂	M.G. et ORL	
Mme K			M.G. Médecin de garde Gynécologue	DIU puis préservatifs	16 ans	♂	M.G.	+
					14 ans	♀		
					11 ans	♀		
					9 ans	♂		
					7 ans	♀		
Mme L	stop	-	M.G.		14 mois	♀	PMI puis M.G.	+

P.S. : professionnel de santé
A.M. : Allaitement maternel
M.G. : médecin généraliste

II- Les entretiens (Annexe 3)

A) Temporalité

Les 12 entretiens ont eu lieu du 10 septembre 2013 au 22 octobre 2013, l'heure étant choisie par les mères selon la sieste et la sortie de l'école des enfants.
Leur durée était de 20 minutes à 1heure 30, pour une durée moyenne de 55 minutes.

B) Lieu

2 femmes ont préféré que la rencontre se fasse sur leur lieu de travail dans des pièces privatisées pour l'occasion.
1 entretien a eu lieu dans le bureau médical du CAPS dans les suites d'une consultation pour un de ses enfants.
9 mères ont préféré nous recevoir à leur domicile.

C) Le déroulement

Lors de 7 de ces rencontres, les plus jeunes enfants étaient présents ainsi que le mari de Mme F. qui s'était volontairement isolé dans une autre pièce.
4 entretiens ont été suspendus pendant quelques minutes : 3 suite à un appel téléphonique auquel les mères ont répondu, 1 par le réveil de la sieste d'un enfant.
2 enfants ont été mis au sein au cours de l'entretien sans perturber le discours des mamans.

III- l'analyse transversale

A- Choix de l'allaitement maternel

1) Quand cette décision est-elle prise ?

Le choix de l'allaitement maternel est souvent précoce, il peut même précéder la conception de l'enfant.

Mme B : *Au début, je savais juste que je voulais allaiter*
Mme E : *j'avais déjà mon idée fixée là-dessus*
Mme L : *C'est la première chose à laquelle on pense à faire quand on tombe enceinte.*

Parfois la prise de décision sera plus tardive, comme au cours de la grossesse pour Mme I ou bien lors de la deuxième grossesse pour Mme F.

En cas de réussite d'un premier allaitement, la question ne se pose même plus pour les suivants. L'allaitement maternel fait alors partie intégrante du projet d'une nouvelle grossesse.

Mme F : *Et s'il y avait eu un 4e, je l'aurais refait sans me poser aucune question*

2) Comment se fait ce choix?

a) Un choix instinctif

L'allaitement maternel est souvent décrit comme une évidence, un choix instinctif qui ne demande pas de réflexion (Mme G).

Mme A : *ça coule de source […] l'allaitement ça me parait logique*

Mme C : *c'est inné […] l'instinct animal […] c'est viscéral*

Mme I : *je l'ai fait comme ça venait.*

Mme K : *ça allait de soi […] C'est très animal en fait. On vit quelque chose de réflexe, de primaire*

Pour les mamans d'origine étrangère, l'allaitement est aussi une norme culturelle et elles s'étonnent parfois qu'il ne soit pas plus spontanément envisagé.

Mme C : *chez nous* [au Maroc] *l'allaitement c'est la normalité. On accouche, on allaite, c'est logique.*

Mme H : [En Allemagne de l'Est] *ils n'avaient pas le choix, elles devaient allaiter car le lait en poudre était trop cher***.**

Mme L : *Au Pérou, c'est quelque chose de courant […] Ici c'est vrai qu'on me demandait souvent si je voulais allaiter.*

Pour ces mères, l'allaitement maternel va de soi. Il apparait comme la prolongation naturelle de la grossesse (Mme C, L), quasi indissociable de la découverte de la parentalité. Mme D, E et G s'étonnent que tant de femmes lui préfèrent une préparation pour nourrisson *sans même avoir essayé* d'allaiter.

b) Une résolution personnelle sous influence

Mme A, C et G parlent d'un « choix personnel » basé sur un raisonnement propre à chaque femme.

Lorsque les femmes sont interrogées sur le fait qu'elles allaitent leurs enfants, elles font spontanément référence au choix de leurs mères qu'elles les aient ou non allaitées (9 ont été allaitées et 2 ne l'ont pas été). Mais alors qu'elles précisent que leurs mères ne les ont pas allaitées ou que peu de temps, elles ne s'opposent pas à leurs démarches et les excusent de n'avoir pas su faire face aux difficultés de l'allaitement dans un contexte culturel peu propice à l'allaitement maternel.

Mme A : [ma mère] *elle nous avait allaité pas longtemps, elle avait subi aussi beaucoup de pressions pour arrêter : ce n'est pas assez nourrissant, tu n'as plus de lait*

Mme D : *Ma maman n'a pas réussi. En fait, j'ai 2 tantes [qui avaient dit à ma mère] c'est formidable, alors elle a voulu le faire pour sa 3^{e} grossesse mais on était 2. Elle avait les 2 grands, le travail à la ferme, ce n'était pas simple avec des jumelles*

Mme G : *Elle a arrêté de m'allaiter à 3 semaines et ça correspond au premier pic de croissance. Elle pensait que je mourais de faim donc elle m'a passée au biberon… Personne ne lui avait dit*

Mme J : *nous, on n'a pas été allaités, c'était l'époque où ça ne se faisait plus*.

Mme K : [ma mère] *avait l'impression d'avoir réalisé un exploit en nous allaitant 3 mois parce que dans les années 70 c'était devenu rare*

Lorsque les femmes n'ont pas d'avis tranché sur la question avant leur grossesse, elles peuvent être séduites par l'allaitement maternel au travers des informations délivrées aux

cours de la grossesse (Mme F, G), les campagnes de promotion de l'allaitement ou bien par le témoignage d'autres femmes allaitantes (Mme G, H, I).

Même si toutes ces femmes considèrent le lait artificiel comme un bon substitut, parfois des réticences vis-à-vis des préparations pour nourrissons peuvent également faire pencher la balance vers l'allaitement maternel.

Mme A : *Qui a pu pondre cette idée merveilleuse qu'il fallait arrêter d'allaiter et donner des biberons ? […] j'avais lu un article sur les débuts des biberons et l'hygiène un peu douteuse de certains et que les enfants attrapaient des maladies à cause des biberons.*

Mme D : *j'ai été marquée par un reportage en Afrique où Nestlé faisait de la pub pour son lait en poudre. Ils expliquaient que les mamans arrêtaient d'allaiter et que les enfants mouraient à cause de l'eau contaminée dans les biberons. Voilà, ça m'avait beaucoup chagrinée et rien que pour ça, je me disais que je n'achèterais pas de lait.*

Le conjoint ne semble pas intervenir dans la décision finale mais son assentiment est essentiel dans la prise de décision des femmes (Mme H, K).

Mme A : *on en a parlé au début mais pour lui aussi, c'est venu tout seul, il ne s'est pas posé de questions. Il avait sa sœur aussi qui avait déjà commencé*

Mme C : *C'est un vrai soutien moral puisque la famille, le mari sont pour l'allaitement.*

3) Quelles sont les raisons qui motivent ce choix ?

a) L'allaitement maternel, une norme biologique

Le choix de l'allaitement maternel est apparu aux mères comme « *normal* » (Mme A, B, C, L) ou bien « *naturel* » (Mme D, E, G, H, I, J, L), la preuve en est que le nouveau-né est capable de trouver seul le sein pour téter (Mme E, K). Il apparait comme une pratique ancestrale conforme à l'origine animale de l'espèce humaine.

Mme B : *le sein, il est fait à l'origine pour nourrir l'enfant*

Mme D : *Que la maman donne son sein, ça se fait depuis la nuit des temps*

Mme C : *tous les mammifères allaitent leurs enfants et ils ne se posent pas 36 000 questions*

L'allaitement maternel témoigne également d'un juste retour des choses vis-à-vis de l'utilisation des préparations pour nourrissons. Les mères mettent en avant que leur corps est capable de pourvoir aux besoins du nourrisson tout en produisant le lait le plus adapté à celui-ci.

Mme A : *c'était mieux que de leur donner du lait de vache pour engraisser les veaux*

Mme D : *Mon corps fabrique du lait, c'est naturel et c'est pour les enfants*

Mme I : *le lait humain, il est fait pour les humains et le lait de vache, il est fait pour les veaux.*

Mme L : *le corps sait ce qu'il faut faire […] si ça existe c'est bien pour une raison […]* [le sein] *c'est ça sa fonction primaire*

b) Un atout pour la santé de l'enfant

Cet argument santé est très présent dans les témoignages des mamans. Le lait maternel apparait *meilleur* (Mme B, D, E, I, L) et bénéfique pour la santé (Mme A, B, D).

Le lait maternel est mis en avant pour ses qualités supérieures au lait artificiel.

Mme F : *En réa, on nous a bien expliqué que de toutes façons, il aurait du lait maternel et que si ce n'était pas le mien, ça serait celui d'une autre maman […] si on prescrit du lait maternel à un bébé c'est bien que ça compte ! On l'aide à se renforcer un peu plus*

Les mamans font mention des vertus :

- nutritives et adaptatives,

  Mme I : *ça permet aussi la diversité du goût [...] C'est quand même mieux que d'habituer les enfants à prendre toujours la même chose parce qu'après ils sont difficiles avec la nourriture et c'est galère quand ils sont plus grands*

  Mme L : *au début, j'ai fait ça pour le côté nutrition.*

- immunitaires avec la prévention des maladies infectieuses chez le nourrisson par la *transmission des anticorps* maternels (Mme B, D, E, J),

  Mme J : *Comme le premier en avait fait beaucoup* [d'otites]*, je m'étais dit que l'allaitement allait le protéger*

- préventives des maladies chroniques avec l'obésité (Mme D et H) et les allergies (Mme D et I).

c) La recherche d'un lien mère-enfant privilégié

Au travers de l'allaitement, les mères souhaitent conserver la proximité, l'intimité qu'elles partageaient avec l'enfant avant la naissance. En donnant le sein à leurs enfants, elles pensent pouvoir pérenniser cette relation privilégiée et favoriser la mise en place d'un lien fort avec l'enfant qui résiste au temps.

Mme C : *[avec l'ainée] J'ai vraiment senti cette cassure, et pour les suivants je voulais vraiment les allaiter […] Le biberon, on a tendance à le donner à n'importe qui, on casse la relation mère-enfant pour moi.*

Mme D : *c'est plein de tendresse […] Moi, j'ai fait ça pour le côté fusionnel […] C'est vrai que moi je suis très maman-poule et je voulais ce contact-là entre l'enfant et moi […] Le biberon, c'est comme un corps étranger entre le bébé et la maman.*

Mme K : *pour le premier [l'allaitement] c'avait été un échec avec l'impression que mon bébé était distant.*

Mme L : *il y avait des mamans qui me disaient que le lien émotionnel était très important*

Cela est d'autant plus vrai, lorsque la mère est séparée de son enfant comme cela peut arriver en cas de prématurité ou de détresse à la naissance. Par le lait maternel, la mère conserve un lien physique avec l'enfant, elle maintient ainsi sa présence à ses cotés, le soutient dans ces moments difficiles, comme une mère pourrait faire en tenant son enfant dans ses bras. Alors qu'elle tire son lait, toutes ses pensées et mais aussi ses gestes sont tournés vers l'enfant.

Mme F : *je voulais au moins faire ça pour lui […] avec l'allaitement je me disais que je gardais le lien […] si je peux leur apporter un peu de tendresse, d'affectivité, un peu de lien pour aider à grandir*

d) Un coté pratique indéniable

L'idée de ne pas avoir à gérer l'intendance liée aux biberons (nettoyage, mise à température, reconstitution, achat de la préparation pour nourrisson) réjouit les mères. On retrouve ici l'image de la simplicité du recours à l'allaitement maternel lorsque l'enfant montre qu'il a faim.

Mme C : *pas se prendre la tête avec le nettoyage des biberons, la stérilisation, le nombre de cuillères, la température… et puis quand on se déplace pas de sac à langer qui fait 15 tonnes*.

Mme F : *C'est l'avantage avec l'allaitement, il n'y a rien à préparer, c'est génial*

e) Un avantage économique digne d'intérêt

L'idée de réaliser des économies apparait comme une qualité supplémentaire du lait maternel sur les préparations pour nourrissons.

- Au niveau individuel puisque l'allaitement est « *gratuit »* ne demandant aucun investissement financier ni l'achat de consommable (Mme C, D, I)
- Mais également, au niveau collectif en diminuant le recours aux soins, les dépenses de santé et en limitant l'absentéisme des parents lorsque les enfants sont malades (Mme C, D, I).

f) Un plus pour la santé de la mère

3 mamans (Mme A, D et I) abordent aussi les bénéfices en termes de santé physique pour la mère : reprise du poids avant grossesse, protection du cancer du sein. Mais ces derniers atouts restent peu abordés et semblent mal connus par les femmes.

g) Un confort pour le père

Les mères mettent en avant l'avantage pour leur conjoint de ne pas être sollicités lors des réveils nocturnes ou gênés par les pleurs d'un nourrisson (Mme H, I, L).

Mme L : *dès qu'il a vu qu'en la mettant au sein, elle arrêtait tout de suite de pleurer, il a arrêté de dire qu'il faudrait arrêter l'allaitement.*

B- L'Allaitement maternel, oui mais pour combien de temps ?

1) Durée envisagée initialement

a) Pour un premier allaitement

Pour un premier allaitement, la décision des femmes est souvent teintée de crainte vis-à-vis de la réussite de l'allaitement ou bien même sur le fait d'apprécier allaiter. Le projet de l'allaitement maternel est donc souvent exprimé avec beaucoup de retenue.

Mme F : *je m'étais dit pourquoi pas*
Mme G : *A la naissance, on va voir si ça marche […] si ça ne marchait pas ce n'était pas grave*
Mme J : *j'avais vraiment envie d'essayer*

On retrouve l'idée d'être fatiguée mais surtout la peur du « manque de lait », en particulier lorsque les femmes ont eu autour d'elles de tels témoignages ou vécu un précédent échec d'allaitement.

Mme B : *est-ce qu'il a assez de lait ? Est ce qu'il prend suffisamment ?*
Mme C : *Toujours peur que ça fasse comme mon aînée*
Mme G : *je pensais être comme toutes les femmes de ma famille et n'avoir pas beaucoup de lait […] il n'a jamais eu de compléments, j'en avais au cas où mais j'ai toujours eu assez de lait*

A noter qu'en France, cette crainte serait plus répandue que dans d'autre pays.

Mme L : [contrairement au Pérou, ici on dit que] *peut-être on ne va pas avoir de lait. Mais je crois qu'en fait ça marche bien […] j'ai une cousine qui m'a envoyé des biberons, un stérilisateur*

comme cadeaux parce qu'elle me disait mais comment tu vas faire si tu n'a pas de lait. C'est vrai que je n'avais même pas acheté un biberon, je ne m'étais pas posé la question

La plupart des mères rencontrées font mention d'un objectif initial en terme de durée pour leur premier allaitement. Elles envisageaient cette durée comme idéale ou suffisante pour la mère ou l'enfant.

- Mme G, K pensaient 3 mois
- Mme A, B, L envisageaient jusqu'à 6 mois
- Mme E 1 an
- Mme C, D 2 ans

Lorsque l'on s'intéresse à ces projets, on découvre qu'une minorité des mamans (2 sur 12) envisageaient un allaitement prolongé au-delà de la première année mais déjà se dessine l'envie pour ces mères de réaliser des allaitements plus longs que la moyenne en France.

Il faut noter que cette durée cible est influencée par différents facteurs culturels :

- le « modèle national » en vigueur dans le pays maternel. En France, l'allaitement est généralement envisagé jusqu'à la reprise du travail (Mme A, B, G, J, K) expliquant un sevrage précoce coïncidant avec la fin du congé maternité (soit environ 3 mois). D'autres femmes, d'origine étrangère, sont habituées à des allaitements plus longs et vont importer avec elles cette coutume.
  Mme H : [en Allemagne] *j'ai toujours entendu : l'allaitement le plus longtemps possible*

- le « modèle maternel » avec le désir pour ces femmes d'atteindre un temps d'allaitement équivalent à celui qu'ont réalisé leurs mères.
  Mme E : *j'ai été allaitée par ma mère pendant 1an. Donc j'avais déjà cette idée en tête que c'était bien. A la base, je croyais que c'était normal jusqu'à 1 an.*
  Mme K : *ma mère avait allaité 3 mois donc c'est vrai que dans ma tête c'était 3 mois.*

- le « modèle religieux » :
  Mme C : *pour moi l'allaitement prolongé, il est en partie dû à une orientation religieuse […] Après dans le Coran, c'est fortement conseillé d'allaiter 2 ans mais il n'y a pas d'obligation*

Pour d'autres femmes, le projet d'allaitement se construit plus sur une réflexion à partir de lecture sur l'allaitement : le « modèle médical ».

Mme D : *j'avais comme référence les pays les plus avancés coté allaitement, les pays nordiques et c'est vrai que les chiffres montrent que là-bas, il y a beaucoup de mamans qui allaitent longtemps*

Mme L : *j'avais vu que c'était recommandé les 6 premiers mois*

b) Pour les allaitements suivants

Pour les allaitements suivants, l'objectif se base souvent sur une certaine équité entre les enfants avec l'idée, quand cela est possible, d'allaiter aussi longtemps que l'ainé (Mme C, D, G, J).

Néanmoins, dans une même fratrie, la durée d'allaitement aurait plutôt tendance à augmenter au fils des naissances. On retrouve ce modèle chez 6 des mères multipares ayant fini leurs derniers allaitements (Mme B, C, F, H, J, K). Chez les femmes ayant décidé qu'il s'agissait de leur dernier enfant, l'allaitement peut même être nettement plus long (Mme F, H, J et K).

Mme H : *Pour la 4e, je ne me suis pas vraiment posée la question d'arrêter, ça se passait bien et dans ma tête c'était la dernière*

Par contre, le projet d'allaitement est exprimé avec beaucoup plus d'aplomb et s'affirme avec les expériences passées (Mme B, C, F).

Mme B : *Pour le prochain allaitement, on ne m'arrêtera pas*

2) Un allaitement prolongé présuppose d'éviter un sevrage précoce

Lorsque l'on observe les raisons qui amènent habituellement les mères à arrêter précocement l'allaitement, on peut voir que les femmes rencontrées ont dépassé ces difficultés ou bien qu'elles ont contourné les obstacles rencontrés.

a) Des stratégies pour lutter contre le manque de lait

Afin d'assurer la pérennité de leur lactation, les mères ont évité le recours à des compléments artificiels. Elles sont alors souvent allées à l'encontre des conseils qu'elles recevaient de leur entourage ou même du milieu médical.

Mme A : *elle n'avait pas de biberon, elle avait des yaourts […] on nous disait elle n'est pas bien grosse. Certains, l'entourage un peu lointain, ont dit mais t'es sûre pour l'allaitement*

Mme B : *à 4 mois j'ai eu une baisse de lait et j'ai craqué car tout le monde me disait mais il a faim, il n'en a pas assez. Mais il n'a jamais voulu du biberon alors j'ai laissé tomber […] on me disait toujours « mais arrête de l'allaiter, c'est ça le problème. Donne-lui un biberon et il va dormir !*

Mme H : *[bébé ayant perdu beaucoup de poids] ils voulaient absolument mettre des compléments que j'ai acceptés pour une fois. Après j'ai préféré tirer mon lait et lui donner en plus*

Elles ont respecté les principes de l'allaitement à la demande en particulier lors des pics de croissance avec des mises au sein très fréquentes pour une adaptation rapide de la production à la nouvelle demande de l'enfant. Les femmes insistent sur le fait que pour réussir à passer ces différents caps mieux vaut avoir été informées en amont et éviter l'espacement volontaire des tétées synonyme de sevrage précoce (Mme D, J, K).

Mme A : *il y en a plein qui arrêtent au bout de 15j ou à 1 mois lors des pics de croissance, voilà les gens ne le savent pas non plus. Il y en a qui sont encore très allaitement à heure fixe et du coup quand le bébé demande beaucoup, elles se disent bah je n'ai plus de lait, mon lait n'est pas assez nourrissant*

Mme F : *Toutes les 2h, toutes les 10 min […] Quand on était à la maison, je le faisais dès qu'il y avait besoin*

Mme J : *Même quand ils sont un peu plus grands, si on ne fait pas à la demande, nous on baisse ou alors on ne suit pas s'il a un pic de croissance*

b) Les maux de l'allaitement dépassés

Toutes ces mamans décrivent des difficultés même après plusieurs allaitements : difficulté de prise du sein, tétées douloureuses, crevasses, engorgement et lymphangite. Ces maux sont perçus comme habituels, parfois même comme le prix à payer. Les précédentes expériences

aident les femmes à relativiser, à tenir le coup jusqu'à ce qu'à résolution des difficultés (Mme J). Les mères mettent en avant la motivation (Mme F, G, K) et la *volonté* (Mme A, D, F, H) nécessaire pour pouvoir poursuivre leur allaitement.

Mme A : *on a commencé l'allaitement et ça a été un peu… chaotique quand même, … on découvre en fait […] J'ai serré les dents à chaque tétée mais comme je voulais continuer… j'ai tenu*

Mme D : *Après, pour l'allaitement, quand il y a des difficultés je m'accroche […] Je crois qu'il faut avoir un peu de courage et de volonté*

Mme F : *quand la motivation est là, il n'y a pas de raisons […) j'étais très tenace, oui, très coriace*

Mme H : *Si je n'avais pas eu la volonté de vouloir le faire, ça n'aurait pas marché […] tu serres les dents*

Mme L : *je n'ai pas pensé à arrêter* [devant la douleur] *on fait l'effort*

c) Un sommeil entrecoupé accepté

De nombreuses mamans font part que leurs enfants n'ont pas fait leurs nuits rapidement (Mme A, B, C, D, F, H, K). Lorsque cela persiste, l'allaitement peut être remis en question (Mme C, H) mais Mme K rappelle qu'il en était de même avec ses enfants sevrés plus tôt. L'allaitement ne peut donc être tenu comme seul responsable alors que les mères entendent régulièrement qu'il suffit de passer au biberon pour régler le problème du sommeil (Mme A, B).

Mme A : *on m'a dit de le laisser pleurer, de lui faire un bon gros biberon plein de farine… c'est sûr qu'après une bonne choucroute, on dort mieux…*

d) Le problème de la reprise du travail contourné

La reprise du travail, à poste équivalent avant grossesse, apparait tout de même comme une entrave à la poursuite de l'allaitement. On retrouve dans le discours des mères le risque de baisse de la lactation, l'absence de conditions propices pour tirer son lait, la notion de fatigue et de manque de temps ou la crainte de l'incompréhension de la part de collègues (Mme C, E, J). Cela explique, en partie, que la majorité des femmes rencontrées profitait d'une période d'inactivité professionnelle pour prolonger leur allaitement : Mme B, C, D ont choisi un congé parental de 3 ans, Mme H et K sont maintenant femmes au foyer alors que d'autres étaient en recherche d'emploi (Mme A, E, I, L). Pour ces femmes le retour à l'emploi peut être envisagé avec déchirement et ne leur permet pas toujours de se projeter dans la poursuite de leur allaitement.

Mme B : *En reprenant le travail, j'aurai été malheureuse de devoir limiter les tétées et reprendre aurait été pénible à cause de ça.*

Mme C : *Je n'ai jamais eu l'épée de Damoclès de reprendre à travailler* […] *Par rapport à d'autres mamans, j'ai cette chance. Je ne me voyais pas du tout tirer mon lait dans un bureau, congeler du lait. Ce n'est pas mon truc, pour moi ce n'est pas ça l'allaitement […] J'aurai eu à retravailler après quelque mois ça aurait été dur*

Mme E : *je n'aurais pas pu... Ça aurait été beaucoup plus difficile...*

Mme A, H et K font mention de sœurs ou d'amies qui ont pu poursuivre leur allaitement tout en reprenant le travail. Mme C, I et K mettent en avant ces femmes qui tentent de tout conjuguer.

Mais les mères qui au final travaillent tout en continuant leur allaitement n'ont pas un discours trop alarmiste. Il est vrai qu'elles ont pu bénéficier des aménagements prévus par la

loi comme : une reprise différée de quelques mois ou la réduction du temps de travail grâce au congé parental, la possibilité de bénéficier d'une pause quotidienne supplémentaire et celle de tirer son lait dans de bonnes conditions.

Mme A : [poursuivre l'allaitement en reprenant à travailler] *ce n'est pas la même chose à 2 mois et à 6 mois. Avec ma fille, j'ai repris à travailler quand elle avait 9 mois, donc elle était déjà diversifiée et du coup on continuait l'allaitement quand j'étais là*

Mme F : *J'ai repris mon activité quand il avait 9 mois et j'allais tous les midis au lactarium […] j'ai complètement réduit, je suis passée à 50 % […] Ça m'a permis de continuer l'allaitement, de me reposer*

Mme G : *mes collègues étaient très compréhensifs quand il a fallu que j'aille tirer mon lait. Les premières fois, c'est vrai que la pause était plus longue que la pause réglementaire*

Mme J : *J'ai du demander à mon chef […] il s'était renseigné et j'ai eu le droit à une pause d'1/2 heure. J'ai pu aller dans une des salles de réunion, la seule qui était un peu intime et qui fermait à clé […] je voulais prendre un congé parental un peu plus long mais quand j'ai eu la place en crèche, ça ne se refusait pas et j'ai repris le travail plus tôt à mi-temps*

A noter que plusieurs mères parlent de la difficulté de l'utilisation du tire lait : certaines expliquent ne pas réussir à tirer leur lait (Mme D) ; pour d'autres, après un temps d'adaptation, la difficulté à pu être surmontée (Mme F, J) mais l'image du corps peut en être affectée.

Mme F : *ça peut paraître un peu bestial sans le bébé*

Dans les différents entretiens, les mères mettent en avant la force de caractère nécessaire pour dépasser toutes ces difficultés. La poursuite de l'allaitement est donc parfois synonyme de dépassement de soi physique comme psychologique. Surmonter ces épreuves est gratifiant, cela permet aux femmes de renforcer l'estime d'elles-mêmes et de voir dans la réussite de l'allaitement la validation de leurs compétences en tant que mère.
Pour autant, aucune d'entre elles ne juge les femmes qui ne suivent pas le même parcours qu'elles. Le choix du non allaitement est respecté et l'arrêt précoce de l'allaitement maternel est souvent justifié par le manque de soutien ou les conseils inappropriés délivrés aux jeunes mères.

3) Comment l'allaitement va-t-il se prolonger au-delà de 1 an ?

Toutes les femmes rencontrées n'ont pas connu un premier allaitement de plus de 1 an (seul 5 sur 12) mais elles ont généralement prolongé au delà de leur objectif initial (sauf 2 femmes arrêtées précocement et 1 qui n'a pas souhaité essayer). Certaines parlent de l'allaitement prolongé comme d'*un cheminement* (Mme C, F) avec des durées d'allaitement qui s'allongent au fils des naissances.

Comme pour le choix de l'allaitement maternel, le fait de prolonger cette période semble être instinctif pour certaines femmes (Mme C) et pour d'autres il s'agit plus du fruit d'une expérimentation (Mme G, K).

Des mères expliquent que l'allaitement s'est révélé *sans contrainte* (Mme A, C, H, K) et qu'elles n'ont pas trouvé de raisons d'arrêter. Elles ont ainsi repoussé le sevrage au fur et à mesure jusqu'à parfois laisser l'enfant décider d'arrêter de lui même.

Mme A : *Pourquoi arrêter à 1 an alors que ça se passe bien et qu'à 1 an il tète beaucoup moins ?*

Mme B : *je ne me voyais pas arrêter […] je voyais l'échéance arriver et je ne voyais toujours pas de raison d'arrêter […] ça a continué et au jour d'aujourd'hui, je n'ai pas de date*

Mme J : *je m'étais dit que je continuerais jusqu'à 1 an, avant qu'il parle, avant qu'il me demande... Et puis quand il a eu 1 an, on était en plein dans ses opérations pour les oreilles. Du coup, je me suis dit que ce serait pendant les vacances [...] ce n'était pas fini donc on attend un an de plus jusqu'aux prochaines vacances*

A noter que l'apparition des dents chez l'enfant ne pose pas de problème à la poursuite de l'allaitement. La morsure, si elle arrive, est un acte volontaire sans rapport à la technique de succion. La mère veillera alors à ce que cela ne se reproduise plus en l'expliquant à l'enfant (Mme L).

L'indifférence de l'enfant face au biberon peut également être perçue comme un signal fort qui conforte les mamans dans leur démarche de prolonger l'allaitement (Mme A, B, H, J, K).

Mme B : *il n'a jamais voulu du biberon alors j'ai laissé tomber*

Mme K : *j'ai tenté de leur donner à boire avec un biberon ou de donner à manger autre chose mais c'était le refus catégorique avant 9 mois.*

Lorsque l'enfant est plus grand, il peut également exprimer son intérêt pour l'allaitement et sa mère préfère alors poursuivre l'allaitement pour contenter les attentes de l'enfant.

Mme B : *il aime ça, ça lui fait du bien et tout le monde est content*

Mme E : *j'étais partie pour allaiter ma fille jusqu'à 1 an, et après c'est elle qui a continué en fait*

Mme L : *j'ai essayé de la sevrer mais elle ne veut pas, elle n'est pas convaincue […] Je sens qu'elle est contente*

Mais parfois, il semble que la mère peut éprouver des difficultés à se positionner vis-à-vis de son enfant ce qui prolonge d'autant l'allaitement. On retrouve parmi les témoignages des réticences à dire non à l'enfant ou bien des difficultés à envisager la séparation du sevrage.

Mme B : *quand il a vraiment décidé de téter, je peux lui dire tout ce que je veux, il viendra contre moi*

Mme H : [l'allaitement jusqu'à 2 ans] *c'était plutôt pour moi […] elle aurait pu arrêter beaucoup plus tôt*

L'allaitement prolongé apparait alors comme faisant partie intégrante d'un nouveau mode de vie celui du maternage proximal ou intensif. Pour réussir à poursuivre un allaitement dans le temps, cela présuppose que la mère garde le nourrisson auprès d'elle entrainant des adaptations et des changements d'habitudes de la mère et du couple.

Mme D : *je voulais le mettre à la garderie et comme il fait ses dents, il pleure pas mal et je le mets du coup plus au sein. Et ça, ils ne peuvent pas le faire à la garderie […] C'est vrai que quand on a envie de sortir, c'est un peu contraignant pour ça l'allaitement […] C'est vrai que je sacrifie un peu ma vie avec les copines […] on se fait un resto avec papa mais bébé sera là.*

Mme F : *Après, c'est aussi l'habillement qui compte […] j'ai adopté les T-shirts un peu lâche*

Mme K : *Le fait de la mettre à volonté, aussi souvent qu'il faut et aussi longtemps qu'il faut donc pas sortir pendant des mois*

On retrouve chez ces mères, outre l'allaitement, des techniques de maternage visant à renforcer le lien avec l'enfant par la proximité mère-enfant. Mme A, F et J expliquent avoir beaucoup leurs enfants (écharpe de portage ou porte-bébé préformé). D'autres mères ont, quant à elles, choisi le co-sleeping ou co-dodo (Mme C, H, K). Il ne s'agit plus de mettre le

berceau de l'enfant dans la chambre des parents mais d'installer l'enfant au plus près de la mère soit dans le lit des parents, soit à proximité immédiate dans un lit sans barreaux pour faciliter l'allaitement nocturne.

Mme K : *ça veut dire aussi qu'on fait du co-sleeping à partir d'un moment parce qu'il faut tenir le coup. Donc ça, ce n'est pas bien vu donc on ne le dit pas*

Mme K soulève tout de même le fait que le co-dodo est déconseillé dans le cadre de la lutte contre la mort inattendue du nourrisson devant un risque accru d'étouffement par l'un des conjoints, couette ou oreillers. Mme D et L font le lien entre la proximité du sein et des tétées sollicitées plus fréquemment par l'enfant.

Dans cette démarche, le soutien du conjoint apparait donc essentiel tant dans l'organisation que dans la gestion des contraintes souvent liées à un allaitement long (disponibilité moindre de la femme, prise d'un congé parental…). L'aide du conjoint dans les taches ménagères, dans le soin apporté aux enfants, en particuliers les ainés, est jugée nécessaire à la réussite et à la poursuite de l'allaitement (Mme C, D, G, H, J). L'acceptation paternelle de l'allaitement lorsqu'il se prolonge n'est pas toujours évidente et cela demande parfois négociation et persuasion de la part des mères.

Mme *B : mon ami voulait que j'arrête à 1 an […] alors on a un peu dialogué, je lui ai dit ce que j'en pensais, les bienfaits et tout ça… et j'ai eu gain de cause […] on avait prévu que je prenne un congé parental et puis au fur et à mesure, on a repoussé*

Mme D : *Après, moi, je me donne complètement à l'enfant, alors c'est un peu dur pour le mari, il ne trouve pas toujours sa place. Je lui ai dit que c'est une question de patience […] Mon mari, ça le chiffonne un peu que je sois plus maman qu'épouse et puis ça revient dès que les tétées sont moins nombreuses*

Mme L : *Papa, ça été dur au début. Il croyait que si j'allaitais trop longtemps mes seins allaient tomber et seraient moches. On a beaucoup bataillé avant qu'elle naisse parce qu'il voulait que j'allaite que 2 mois maximum […] je lui ai dit oui oui… pas la peine de discuter avant l'heure*

Le consentement des pères dépend aussi de l'environnement culturel et de leur expérience positive de l'allaitement.

Mme A : *Lui, allaiter un enfant de 3 ans, ça ne lui pose pas de souci même d'en parler à des amis […] Il avait sa sœur aussi qui avait déjà commencé*

Mme C : *Les époux musulmans sont très aidants pendant ce temps-là, ils ne disent pas qu'ils se sentent exclus. Par moment, je suis plus mère qu'épouse mais je n'ai pas à m'en justifier. C'est vrai que c'est culturel, eux, ils ont vu leur mère, leurs sœurs qui allaitent alors ça aide*

Mme H : [mon mari] *a été baigné dans l'esprit allemand avec ma copine qui allaitait*

Mme L : *Dès qu'il a vu qu'en la mettant au sein, elle arrêtait tout de suite de pleurer, il a arrêté de dire qu'il faudrait arrêter l'allaitement. Et même aujourd'hui, quand on en parle avec des amis, c'est le défenseur de l'allaitement*

4) Pourquoi l'allaitement se prolonge t-il au-delà de 1 an ?

Cette évolution du projet initial vers un allaitement au-delà de 1 an est sous-tendue par différentes raisons.

a) Des figures d'allaitement prolongé

Les mères mentionnent souvent une sœur, une amie (Mme A, C, D, F, H, J, K, L), parfois une mère ou une tante (Mme D, E, F,) au travers de laquelle elles ont découvert que l'allaitement

pouvait se poursuivre.
Des recherches leur ont également permis de découvrir que dans d'autres pays, d'autres cultures, l'allaitement était souvent prolongé (Mme A, C, D, E, L).

b) La confirmation des bienfaits attendus

Certaines sont en lien avec les arguments qui avaient déjà motivé les femmes à préférer l'allaitement maternel à l'allaitement artificiel comme les bénéfices pour la santé de l'enfant : immunité, prévention des allergies…

Mme C : *d'être à se point surveillées pendant la grossesse, ça nous donne envie de prolonger pour protéger le plus possible nos enfants*

Mme I : *quand elle a commencé à manger, elle a eu des allergies alors on m'a dit que c'était bien si je pouvais continuer à lui donner mon lait et c'est comme ça que ça c'est fait*.

Le fait de voir leur enfant en pleine forme conforte ces mères à poursuivre leur allaitement. L'idée que *les enfants sont bien moins malades* ou *plus résistants* est reprise plusieurs fois (Mme A, C, D, E, H, K, L). Mme J, quant à elle, doute de l'efficacité de cette protection devant les nombreuses otites de ses enfants mais elle reconnait avoir profité de l'allaitement pour réaliser une bonne administration de l'oflocet.

De même pour la valeur nutritionnelle, le lait de mère apparait toujours comme le meilleur aliment pour l'enfant et permet de compléter ses apports journaliers quand ceux-ci sont jugés insuffisants (Mme D, H, I, J, H, K, L).

Mme D : *parfois je me demande s'il en a assez. Comme c'est un garçon, il est beaucoup plus grand que ses sœurs. Et j'ai tendance à lui donner plus souvent le sein à cause de ça.*

Mme J : *il y a encore le côté alimentaire le matin parce qu'il n'aime pas le lait même avec les céréales*

Mme K **:** *Comme ils n'étaient pas gros, c'est aussi par rapport au poids, à la taille. J'ai continué jusqu'à l'impression que ça y est, ils soient prêts, de leur avoir donné tout ce qu'il fallait*

Mme L : *Ça remplit bien son estomac* [quand elle était malade] *c'était que le sein qui la nourrissait*

Les femmes peuvent également éprouver le désir de maintenir la relation mère-enfant telle qu'elle est.

Mme B : *pour le moment je trouve qu'il fait encore petit bébé*

Mme C : *J'avais l'impression de continuer ma grossesse […] j'avais l'impression que le cordon ombilical n'était pas coupé. La scission se fait au fur et à mesure en douceur […] en étant proche de son enfant, il y a des soucis que l'on ne se pose pas*

Mme I : *on a un lien très fort avec les enfants ; c'est très précieux*

Mme J : *je n'étais pas prête*

Mme K : *c'est prolonger ces instants d'intimité*

Les craintes vis à-vis des substituts peuvent persister.

Mme B : *Le lait de vache, le lait en poudre, c'est immonde !*

Mme L : *J'ai lu qu'un enfant n'avait pas besoin [de lait de vache] tant qu'il prenait le lait de sa maman et c'est pour ça que je lui donne mon lait le plus longtemps possible*

Le caractère pratique de l'allaitement maternel est plébiscité.

Mme C : *je ne me voyais pas avec les travaux dans les biberons. Compter le nombre de cuillères à 4h du matin, ce n'était juste pas possible […] Je ne me suis jamais posé la question s'il me restait suffisamment de lait chez moi… pas de stress… un truc en moins à gérer*

Mme H : *Moi, je ne m'imaginais pas donner un biberon à un tout-petit. L'idée de me lever pour préparer un biberon, calculer les quantités de lait […] c'était toujours là, à bonne température, à volonté, non c'est génial. Pour moi, il y a quasiment que des avantages. On peut se débrouiller avec l'enfant dans les bras pour faire des choses dans la maison, manger en même temps […* pouvoir *allaiter partout] C'est ça le côté pratique*

Mme K : *allaiter partout, à table […] Moi, le côté pratique, a posteriori, a été très important. Pas de prise de tête sur ce qu'il faut emmener, ne pas emmener. J'ai bien vu par rapport au premier comment on était léger sans les biberons*

Mme L : *je trouve que ça a été très facile d'allaiter, c'est toujours prêt, c'est toujours chaud […] on fait tout en allaitant*

c) la découverte de bénéfices supplémentaires

De nouvelles considérations émergent au cours de la pratique de l'allaitement comme la surprise d'avoir encore du lait. Pour nombre d'entre elles, l'idée du « manque de lait » était encore très présente et ne permettait pas aux femmes de s'imaginer poursuivre l'allaitement au-delà des premiers mois. Lorsque le premier allaitement à la demande se passe bien, cette croyance est balayée. L'idée de poursuivre l'allaitement jusqu'au tarissement peut être alors maintenue. On peut ainsi observer des allaitements qui se poursuivent lors d'une nouvelle grossesse et au-delà de celle-ci.

Mme A : *Et puis après, j'étais enceinte, bon bah, on va voir, ça va peut-être s'arrêter tout seul. Ah bah non, en fait ça ne s'arrête pas, alors on continue encore*

Mme G : *je pensais arrêter à la rentrée et puis en fait j'ai toujours du lait […] tant qu'il y en a, j'ai envie de dire, on verra*

Mme I : *Quand je suis tombée enceinte, elle disait qu'il y avait encore du lait*

D'autres mamans évoquent les vertus apaisantes des tétées et le recours à l'allaitement pour éviter les pleurs de l'enfant ou faciliter l'endormissement (Mme D, J, K, L).

Mme A : *elle a passé des journées entières aux seins, des repas de famille accrochée au sein dans l'écharpe… dès qu'elle pleurait, dès que je n'arrivais pas à la calmer*

Mme D : [lors des poussées dentaires] *il pleure pas mal et je le mets du coup plus au sein*

Mme J : *C'est vrai que pour les calmer, il n'y a rien de mieux […] Ca facilite vraiment la vie, la nuit au lieu d'être à le bercer à n'en plus tenir debout, on s'installe bien assis et ça dure 20 min. Il se rendort et s'est fini.*

Mme L : *c'est plus pour la calmer avant de dormir [...] ça la met en mode dodo […] elle a commencé à se réveiller une fois par nuit et là c'était le sein le plus efficace.*

Avec le temps, les tétées deviennent un instant de réconfort, un *câlin* (Mme D, G, J).

Même si cela semble accessoire, plusieurs mamans se félicitent de pouvoir combler le besoin de succion de l'enfant et de ne pas recourir aux tétines évitant ainsi les troubles de prononciation qui peuvent en découler (Mme F, H, J).

La découverte du plaisir d'allaiter favorise également la prolongation de l'allaitement.

Mme I : *une fois lancé, c'est tellement bien*

Mme J : *ça m'a bien plu*

On retrouve la notion de plaisir physique lorsque les mères parlent des tétées comme des moments de détente, d'apaisement propice au bien-être (Mme C, D, F, J, K). 2 femmes (Mme H et J) apprécient l'image de leur corps en parlant du caractère sympathique d'avoir plus de poitrine pendant l'allaitement.

Le plaisir psychique, lui, se retrouve dans les termes *beaux* et *merveilleux* (Mme A, B, C, J). Ils décrivent ce que ressent la mère en allaitant son enfant, en le voyant en bonne santé et grandir grâce à elle. Ce vécu très positif de l'allaitement leur permet de s'épanouir au travers de celui-ci et prendre confiance en elles. Elles ont la sensation d'être une « bonne mère » et sont convaincues d'avoir fait le bon choix en prolongeant son allaitement. Elles mettent ainsi en avant leur *fierté* d'avoir allaité (Mme A, D) ou plus modestement de la satisfaction d'être allées au bout de leur projet (Mme A, F, L).

Mme B : *plus on avance dans l'allaitement, plus on prend de l'assurance, aussi bien dans l'allaitement que vis-à-vis du regard des autres.*

L'image et le statut de la mère sont valorisés par la notion de « *don »* ou « *don de soi »* qui est plusieurs fois cité (Mme B, D, E, F, H, I). Il témoigne de ce que la mère est capable de faire pour le bien de son enfant voir même celui d'autres enfants en cas de don au lactarium (Mme F, H).

Mme F : *On est maman et dans ces cas-là, c'est vrai qu'on devient surhumaine […] si j'en ai de trop, je le laisse au lactarium pour que d'autres bébés puissent avoir la chance d'en avoir. On le fait toutes en tant que maman quand on est prête*

Une maman reconnait également un bénéfice secondaire dans le fait de prolonger son allaitement car, pendant ce temps là, elle n'a pas à reprendre son travail qui la conduirait loin de ses enfants.

Mme D : [hôtesse de l'air] *L'allaitement me permet peut-être… de justifier de rester avec eux*

d) une conduite préconisée

Les mères expliquent que prolonger l'allaitement est une démarche en accord avec les recommandations internationales (Mme E, H, I, L). Mais contrairement à ces mêmes recommandations, les enfants sont parfois diversifiés avant 6 mois (3 mois pour Mme G, 4 mois pour Mme E) ; à savoir, dès qu'ils montrent des signes d'intérêt pour l'assiette de leurs parents.

On notera que seule Mme I cite la recommandation de l'OMS dans son ensemble et fait mention d'un allaitement conseillé jusqu'aux 2 ans de l'enfant.

Parfois le médecin a pu conseiller la poursuite de l'allaitement pour le bien de l'enfant : en cas d'allergie (Mme I) ou bien parce que l'enfant ne mangeait pas (Mme H).

C- Les autres choix de santé :

Précédemment, il a bien été établi que les mères choisissaient avant tout l'allaitement pour assurer la santé de l'enfant et que si elles poursuivent ainsi au-delà de la première année, c'est en partie pour continuer à bénéficier des bienfaits qu'elles lui reconnaissent. Il ressort de leurs témoignages que ces mères font également d'autres choix pour favoriser la santé de leurs enfants**.**

1) L'alimentation

Le choix d'une alimentation saine et équilibrée a été plébiscité par les mères interrogées (Mme D, F, G, H, I, L). Elles expliquent faire attention à la qualité des produits, privilégier les fruits et légumes. C'est la première idée qui ressort, en dehors de l'allaitement, lorsqu'elles évoquent ce qu'elles font pour la santé de leur famille.
On peut discerner la volonté de prolonger un modèle découvert dans l'enfance et reconnu comme bénéfique pour la santé.

Mme D : *nos mères nous préparent des tisanes pour entretenir la lactation, certains plats pour compenser les carences.*

Mme G : *J'ai été élevée comme ça, avoir les produits de meilleur qualité possible et je pense que ça joue sur la santé*

Mme L : [Au Pérou, les produit laitiers] *on n'en mange pas autant et ce n'est pas aussi gras. Je trouve que ce n'est pas trop sain et que ce n'est pas adapté aux petits.*

On retrouve également dans leur discours certaines appréhensions vis-à-vis de la transformation industrielle des produits alimentaires.

Mme D : *je fais moi-même*

Mme J : *l'alimentation on ne sait pas toujours ce qu'il y a dedans*

Mme L : *ma fille j'ai du mal à lui faire manger des protéines animales […] Mais avec tout ce que l'on entend avec les viandes industrielles, je ne sais pas s'il faut regretter de ne pas lui donner*

Mme L : *Après je ne voudrais pas non plus lui donner du lait de vache parce que moi je n'en bois plus […] je crois qu'aujourd'hui les bouteilles de lait ce n'est plus du vrai lait et je préfère m'en passer […] « 3 produits laitiers par jour » ça fait plus industriel que santé*

2) Tabac et alcool

Est évoquée en suite la consommation de tabac et d'alcool. La majorité des mères explique ne consommer ni tabac (Mme A, B, D, E, F, G, H, I) ni alcool (Mme B, E, F, I, L). Mme L, fumeuse occasionnelle a arrêté depuis la découverte de sa grossesse alors que Mme J n'avait pas mis un terme à sa consommation malgré l'insistance de son entourage médical.

Mme J : *je ne suis pas une grosse fumeuse, je ne fume pas de la journée ou au travail […] Quand le gynéco l'avait su, il m'avait directement envoyé chez la sage-femme anti-tabac qui m'avait dit c'est zéro […] je n'en faisais pas un drame.*

3 mamans abstinentes et sensibilisées au risque fœtal vis-à vis de la consommation tabagique, expriment leur révolte devant les mères qui poursuivent leur intoxication.

Mme B : *je suis choquée par les mamans qui fument, même celles qui n'allaitent pas. Pareil pour les femmes enceintes. Je ne conçois pas qu'on puisse faire ça quand on connaît le risque pour les enfants. Je trouve que ça enlève du positif à l'allaitement*

Mme D : *je ne supporte pas de voir une maman enceinte en train de fumer […] je me dis qu'on fait du mal à l'enfant. Je trouve ça profondément égoïste et c'est à l'opposé de ma démarche*

Mme F : *Je revois ces mamans, quand on descend de réa, qui sont enceintes et qui fument […] je n'ai pas pu m'en empêcher… Ella a pris tout mon désespoir sur elle… et elle a écrasé sa clope.*

Pour d'autres, la fréquence de l'allaitement diminuant, on observe des entorses occasionnelles à l'abstinence recommandée. Mme A, G et H expliquent avoir pris, et ce de façon exceptionnelle et à distance d'une tétée, un verre d'alcool. Mme J fait de même avec une cigarette occasionnelle lorsque ses enfants sont couchés.

3) L'environnement

On perçoit chez certaines mamans une propension à la protection de la nature où l'allaitement semble une première affirmation de cette démarche du retour au naturel.

Mme D *: au départ j'étais très lait maternel, couches lavables, jouet en bois*

Mme G : *si on a déménagé au fin fond de la campagne c'est aussi pour ça*

Mme K : [en regardant ses poules] *le point de départ de tout ça a été d'ailleurs l'allaitement. On a une maturation personnelle progressive sur le naturel, l'environnement […] ça va de paire avec la démarche écolo*

Alors que d'autres ironisent plutôt à propos de l'étiquette écolo que les gens ont tendance à leur donner.

Mme C : *Il y a eu les baba-cools, maintenant c'est les bobos, ils veulent manger bio, local mais allaiter ce n'est pas nouveau.*

Mme J : *Après on respire aussi les gaz d'échappement, on ne peut pas les protéger de tout […] Les biberons on apprend qu'il y avait du bisphénol alors que c'est cancérigène.*

Les couches lavables ne remportent pas de réelle adhésion ou du moins leur utilisation ne se concrétise pas dans le temps.

Mme C : *je n'ai pas pu me résoudre à prendre des trucs lavables et je crois que si je l'avais fait ma mère m'aurait déshéritée.*

Mme D : *au départ j'étais très lait maternel, couches lavables […] depuis il y a beaucoup de choses qui ont changé*

4) La prise de médicaments (hors contraception)

a) Par les mères allaitantes

Comme lors de la grossesse, les femmes sont attentives à ne pas prendre de médicament qui contre-indiquerait leur allaitement.

Une partie des mamans (Mme D, G, H, L) n'a pas rencontré de soucis de santé au cours de l'allaitement et a pu éviter les traitements médicamenteux ou se contenter de prendre du paracétamol qu'elles savaient autorisé pendant cette période.

Mais aux vues de périodes d'allaitement pouvant s'étendre sur plusieurs années, il n'est pas surprenant que la majorité d'entre elles ait rencontré des problèmes de santé divers. A chaque fois, elles ont pris en compte leur désir d'allaitement dans leur démarche de soin :

- Mme A explique s'être auto-médiquée par salbutamol et ibuprofène après contrôle sur un site internet spécialisé (le crat.org) qui lui assurait la possibilité de poursuivre l'allaitement ;
- Mme C a du prendre des antibiotiques et des anti-inflammatoires pour un abcès du sein. Elle a alors préféré arrêter son allaitement ;
- Mme B et E ont, quant à elles, pris de l'homéopathie ou des compléments alimentaires sur les conseils de leur pharmacien mais elles ont préféré renoncer à des médicaments prescrits n'étant pas assurées qu'ils soient compatibles avec leur allaitement.
- Mme K a pris à 2 reprises des antibiotiques sachant que leur prescription tenait compte de son désir de continuer à allaiter ;

- Mme I et J ont du subir des interventions sous anesthésie générale alors qu'elles n'envisageaient pas de sevrer leur enfant. Mme J explique avoir souvent tiré son lait lorsque les produits administrés n'était pas compatibles avec l'allaitement et se renseignait au lactarium pour savoir si elle pouvait orienter la prescription vers d'autres molécules. Elle a gardé, par la suite, l'habitude de vérifier les contre-indications des traitements sur le site du CRAT.

b) Pour les enfants

L'automédication se limite à l'administration d'antipyrétique.
Plusieurs mamans mettent en avant le très rare recours aux antibiotiques et uniquement devant des indications formelles (Mme H, K, L).

Mme L : *Ça m'a vraiment fait mal au cœur car elle a du prendre des antibiotiques. Mais on n'avait pas le choix*

Les enfants de Mme F et J ont été confrontés à plus de problèmes de santé nécessitant des traitements antibiotiques fréquents. Mme F explique avoir l'habitude de débuter l'administration de médicament selon des protocoles de soins mais souhaite se prémunir des risques de l'automédication.
Mme A et J ont fait le choix d'avoir recours à l'homéopathie pour leurs enfants dans un souci de prévention primaire.

5) Les vaccinations

2 mamans (Mme H et K) traiteront d'elles-mêmes la question des vaccins parmi les choix qu'elles font en matière de santé. Nous reviendrons sur ce thème avec 7 d'entres elles à l'aide d'une question ouverte au cours de l'entretien.

2 mères souhaitent s'en tenir aux vaccinations obligatoires.

Mme E : *Les autres, ils ne sont pas obligatoires donc je ne suis pas obligée*

Mme G : *Je n'ai pas fais le ROR, ça ne sert… enfin je n'ai pas envie de le survacciner […] que l'obligatoire*

L'une d'elle, déplorant que le DTP seul n'existe pas pour les jeunes enfants, a même contourné l'obligation vaccinale jusqu'à l'entrée en collectivité de sa fille.

Mme E : *[pour l'entrée en crèche] j'ai dû la faire vacciner juste avant. Elle a eu son premier vaccin il y a quelques semaines parce qu'il était obligatoire [concernant la forme conjuguée] on m'a dit qu'il n'y avait pas le choix car [le DTP] n'existe pas tout seul [...] Donc en fait, il y en a 5 d'obligatoire*

On notera que cette décision est basée sur le risque que l'enfant pourrait encourir par la vaccination.

Mme E : *j'ai été malade avec les vaccins […] Alors pour ma fille, j'attendais qu'elle soit plus grande*

Mme G : *Moi j'estime que le bénéfice-risque ne le requiert pas actuellement sachant qu'actuellement il est gardé à la maison.*

Quant à la majorité des mères, elles expriment un vif intérêt vis-à-vis de la médecine préventive individuelle et collective afin de garantir la santé de leurs enfants (Mme A, B, D, F, H, K).

Mme D : *je n'ai pas d'a priori par rapport à ça. Moi, je me dis qu'on a fait beaucoup d'avancés de ce coté-là et je ne voudrais pas revenir au Moyen-âge avec des maladies qui avaient disparu et que l'on voit revenir.*

Mme F : *Ils ont eu celui de la grippe A, car travaillant aux urgences j'avais peur de leur ramener. Donc je ne pose pas de questions là-dessus, je veux les protéger avant tout.*

Mme H : [ma belle-sœur] *ne fait pas du tout vacciner ses enfants. C'est un choix mais ils ont eu 6 mois la coqueluche et moi je n'avais pas envie de ça*

Mme K : *j'ai fait la rougeole à 20 ans et j'ai compris que ça pouvait se compliquer.*

En cas de questionnement ou d'hésitation, ces mamans s'en remettent à l'avis médical.

Mme A : *[pour la méningite C] J'ai posé la question à la dame qui les suit et elle m'a dit qu'elle avait vacciné ses enfants*

Mme F : *se pose la question du vaccin de la méningite pour le dernier mais comme les 2 premiers l'ont eu, il n'y a pas de raison de ne pas lui faire*

Mme J : *Un petit doute sur l'hépatite mais on en a discuté avec mon médecin.*

6) La contraception

Seule Mme A a spontanément abordé le thème de la contraception au cours de son récit. La délivrance d'une contraception orale étant la seule raison qui l'avait motivée à consulter une gynécologue au cours de son allaitement. Pour 9 autres, c'est une question ouverte, en fin d'entretien, qui nous a permis de revenir avec elles sur leur pratique.

Une seule femme n'a pas exprimé le désir de réguler la survenue de grossesse du début de son mariage et ce jusqu'à la 5e naissance.

Mme K : on s'est dit que mon mari pourrait se faire vasectomiser. Mais il n'y a pas eu moyen […] Du coup on a continué comme à 18 ans avec des préservatifs, pour l'instant on est suffisamment vigilants pour que ça marche.

D'autres expliquent n'avoir pas toujours réussi à gérer leur contraception entraînant des grossesses plus précoces que ce qu'elles envisageaient.

Mme D : *les spermicides mais ça ne marche pas tout le temps*

Mme H : *Au début c'était préservatif et ça n'a pas marché*

A noter que la seule femme qui a présenté à plusieurs reprises des grossesses non programmées (Mme H) a une formation de médecin.

Les femmes sous contraceptif oral connaissent la nécessité d'adapter le type de pilule vis-à-vis de l'allaitement (Mme A, B, D).

Mme B : *la pilule spéciale allaitement elle est chère ou alors très pénible car il faut la prendre à heure fixe*

On note des réticences de plusieurs mamans vis-à-vis d'un traitement hormonal à visée contraceptive (Mme A, B, H, I, K.) et d'éventuels risques pour la santé.

Mme B : [la pilule] *ça joue beaucoup sur la lactation […] je ne reprendrais pas quelque chose qui peut avoir une incidence sur mon allaitement.*

Mme K : *ma fille pourra bientôt être sous pilule mais je ne sais pas si je l'inciterai. On entend tellement de trucs sur les hormones que je suis très mal à l'aise de lui dire de la prendre. Je trouve que l'on joue un peu trop aux apprentis sorciers.*

Au fils du temps, les femmes expérimentent différents moyens contraceptifs. Parfois certaines contraceptions pourront être contre-indiquées mais la plupart de ces femmes choisissent des techniques ne dépendant pas de leur observance : implant (Mme F), dispositif intra-utérin (Mme E, G) ou contraception définitive par méthode ESSUR, ligature des trompes, vasectomie (Mme D, H, K).

7) Le sport

La pratique du sport a été évoquée par 3 mamans (Mme F, H et I) comme bénéfique pour leur santé ou celle de leurs enfants.

D- Le sevrage

Lorsque les mamans parlent de sevrage, la définition retenue est l'arrêt total de l'allaitement (l'âge du sevrage est alors déterminé par le moment de la "dernière tétée").
Au travers de leurs récits, on peut distinguer différents processus.

1) Le sevrage imposé

Celui-ci survient lorsqu'un évènement semble rendre le sevrage nécessaire. Ce sevrage peut être envisagé pour le bien de la mère ou de l'enfant du fait de croyances telles que l'impossibilité de conjuguer la reprise du travail (Mme B, K) ou une nouvelle grossesse (Mme D, H, K) avec l'allaitement.
Le sevrage peut également être suggéré par un tiers. Il peut alors être prescrit par un soignant lorsque l'état de la mère ou un traitement pourrait être dangereux pour l'enfant. Le sevrage est alors subi par la mère qui est triste dans un premier temps de devoir cesser l'allaitement mais à la fois sereine car elle suit ce qui lui a été recommandé.

Mme F : *j'ai arrêté, car on m'a dit que s'il ne faisait pas ses nuits c'est parce que je l'allaitais encore et qu'il fallait le laisser voler de ses propres ailes […] j'aurais bien continué un peu quand même.*

Mme K : *c'est la gynéco qui m'a dit qu'il fallait arrêter. J'aurais préféré qu'on ne me dise pas quoi faire et que ça se passe tout seul avec le relais hormonal mais ça n'a jamais été la mort dans l'âme […] il fallait aussi que je me repose*

2) Le sevrage choisi

La mère décide d'arrêter l'allaitement avant que son enfant n'indique qu'il est prêt à cesser de téter (Mme C, E, H, K). La maman va alors planifier le sevrage au moment qu'elle trouve opportun.

Mme H : *j'ai dit stop […] je l'ai forcé d'arrêter un petit peu, je me suis dit au bout de 2 ans ½ là c'est bon.*

Mme K : *pour la dernière, je crois que c'est moi qui lui ai dit que ça suffisait*

Parfois le conjoint participe à la prise de décision.

Mme C *: on a discuté* [du sevrage] *avec mon mari*

Mme K : *comme ils ne dormaient pas bien je crois que c'est aussi pour ça qu'on a dit stop.*

Lorsque l'enfant est plus grand, cela nécessitera la mise en place de stratégies d'évitement comme ne plus proposer le sein, demander l'aide du papa, anticiper les tétées et offrir un substitut alimentaire ou une activité divertissante.

Mme D : *on a dû négocier un peu*

Mme K : *son papa lui a dit aussi […] on avait compris avec mon mari que quand il fallait que ça s'arrête, c'était le moment où il prenait le relais.*

Si l'âge de l'enfant peut intervenir dans la prise de décision comme avec l'idée d'une équité

entre les enfants, c'est surtout l'autonomisation de celui-ci vis-à-vis de la prise alimentaire qui domine.

Mme C : *Au-delà de 2 ans, je n'aurais pas continué, car à cet âge, ils sont prêts […] l'allaitement ne se justifie plus, il n'y a plus nécessité de les nourrir*

Mme D : *je me dis qu'il faut bien s'arrêter à un moment donné […] elle avait tout ce qu'il faut dans son alimentation.*

Et si cela semble parfois moins avouable, les mères peuvent éprouver de la lassitude, arriver à saturation des réveils nocturnes (Mme C, H) et éprouver un désir d'indépendance vis-à-vis de l'enfant qui grandit (Mme D, K).

Mme C : *j'ai dû aller au chevet de ma sœur […] comme ça c'est mon mari qui l'a gardé […] Il était temps car comme il marchait, il venait comme ça et me soulevait mes affaires et se mettait à téter. Donc là, je ne trouvais pas ça très sain et je n'avais pas envie de ça.*

Si la mère est sûre de sa décision et qu'elle n'est pas ambivalente, le sevrage est alors bien vécu.

Mme H : *j'étais déçue de ne pas trouver d'autres solutions, mais bon, il commençait à bien se débrouiller tout seul mais j'étais triste d'arrêter.*

Mme J : [l'allaitement mixte] *pour moi ce n'était pas terrible mais lui, il adorait son biberon, donc quand j'ai repris le travail à 8 mois on a arrêté sans souci.*

Mme K : *j'ai continué jusqu'à l'impression que ça y est, ils soient prêts, de leur avoir donné tout ce qu'il fallait.*

3) Le sevrage naturel

La mère laisse le loisir à l'enfant de choisir le moment où il cessera de téter.

Mme A : *elle s'est arrêtée du jour au lendemain d'elle-même* [à 3 ans ½] *elle a dit qu'elle devait être trop grande […] le 2e tète toujours à 3 ans […] je pense que* ça *se fera tout seul, on verra…*

Mme B : *il n'a pas du tout envie d'arrêter* [à 2 ans] *c'est mon fils qui verra.*

Mme L : *J'ai lu quelque part que c'est souvent l'enfant qui décide d'arrêter alors finalement au lieu de lutter, je crois que je vais faire ça et je vais attendre qu'elle se sèvre toute seule.*

Parfois ce sevrage peut se produire avant même que la mère l'ai envisagé.

Mme F : *si j'avais pu continuer encore un peu, je l'aurai bien fait […] je n'ai pas insisté, je n'ai pas continué avec le tire-lait. Il faut que ça reste un choix à tous les 2*

Mme H : *Moi, je ne voulais pas arrêter, c'est elle qui, à 2 ans, a décidé de passer à autre chose.*

Cela peut également avoir lieu lors d'une baisse physiologique de la lactation comme lors d'une nouvelle grossesse.

Mme B : *peut-être que ça va s'arrêter pendant la grossesse.*

Mme K : *elle s'est arrêtée peut-être parce que j'étais trop fatiguée*

Ou à l'inverse se poursuivre et déboucher sur la mise en place d'un co-allaitement, la mère allaite alors des enfants d'âges différents.

Si la mère n'essaye pas de précipiter le sevrage, elle peut, néanmoins, réguler l'offre en détournant l'attention de l'enfant ou bien en négociant avec lui. Il s'instaure alors un contrat avec l'enfant.

Mme L : *j'essaie qu'elle oublie de demander, je lui donne son midi, un yaourt, un biscuit pour bien la gaver […] quand elle me croque je lui dis qu'elle ne va plus avoir le sein*

Dans tous les cas, les tétées deviennent de plus en plus courtes et se raréfient au fil du temps

jusqu'à ce que l'enfant ne pense plus à réclamer (Mme A, D, G, J). Le sevrage naturel semble laisser aux mères un sentiment de devoir accompli.

Mme A : je suis satisfaite de ce que j'ai fait

Mme F : *j'ai compris que tranquillement, il passait à autre chose.*

A noter que dans ce cas de figure, l'opinion du père semble n'avoir que peu de poids dans la prise de décision.

Mme B : *Mon ami voulait que j'arrête à 1 an mais je voyais l'échéance arriver et je ne voyais toujours pas de raison d'arrêter. Alors on a un peu dialogué […] et j'ai eu gain de cause*

Mme G : *mon ami me pousse un petit peu à arrêter […] depuis qu'il voit que c'est qu'une fois de temps en temps, il ne me casse plus les pieds avec ça.*

Mme J : *Mon mari, il dit parfois : il est grand maintenant mais il n'intervient pas de trop*

Mme L : *il voulait que j'allaite que 2 mois maximum. Dans ma tête c'était déjà 6 mois alors je lui ai dit oui oui…* […] *aujourd'hui, il commence à dire que c'est un peu long. Alors je lui dis d'essayer un biberon, il essaie un peu et comme ça ne marche pas, il me laisse continuer*

On retrouve donc parmi ces mamans des attitudes très diverses vis-à-vis de la durée de l'allaitement et des conditions de sevrage. La tolérance d'un allaitement au-delà d'un certain âge ou degré d'autonomie de l'enfant n'est pas toujours évidente même pour ces mères sensibilisées à l'allaitement prolongé.

Mme B : *Après je ne vois pas jusqu'à 5 ans, mais pour le moment je trouve qu'il fait encore petit bébé.*

Mme C : *[au-delà de 2 ans] j'aurais peur de les emprisonner dans quelque chose de trop exclusif, d'être coupable de l'étouffer […] comme pour les animaux, quand il n'y a plus de besoin, l'allaitement s'arrête. Après c'est sur, on peut se créer le besoin, mais quel est le bénéfice pour l'enfant ?*

Mme J : *quand je voyais ma nièce* [de 4 ans] *qui réclame la tétée devant tout le monde, je me disais « non ce n'est pas possible ». Mais je crois que quand c'est soi-même on ne voit plus tout ça […] J'aimerais bien que ça s'arrête avant l'école. Il est grand maintenant […] Il y a un âge où ça devient limite et mon fils arrive à cet âge-là*

Mme D reconnait avec le recul qu'allaiter au-delà de 3 ans est peut être excessif et souhaite revoir la conduite de son prochain allaitement.

Le co-allaitement interpelle également (Mme B, D, H, K). A la découverte de cette pratique, Mme H s'en est effrayée, d'autres se remettent en question sans pour autant franchir le pas.

Mme B : *Après le co-allaitement, je ne sais pas si ça me plaira, si lui, il voudra*

E- L'allaitement prolongé, un allaitement parfois caché

Plusieurs mamans font part qu'elles sont bien plus nombreuses que l'on pense à allaiter de façon prolongée (Mme A, F et J). Elles ont d'ailleurs souvent proposé de nous mettre en relation avec d'autres femmes, qui comme elles, continuaient d'allaiter au-delà de 1 an. Elles reconnaissent, néanmoins, que l'allaitement prolongé est méconnu et souvent dissimulé.

Mme A : *ça existe, mais que c'est caché […] Il y en a plein mais c'est dommage d'être obligées de se cacher*

1) Du fait de la conduite de l'allaitement

Apres la diversification alimentaire, l'allaitement devient un complément et le nombre de tétées diminue rapidement. Au-delà de 1 an, la majorité des femmes expliquent ne donner le

sein que 2 à 3 fois par jour (matin, soir et parfois la nuit) sans pour autant avoir besoin de tirer leur lait pour entretenir la lactation. Lorsque l'enfant grandit, il ne subsiste souvent que des tétées courtes assimilées à des *tétées-câlin* qui sont réalisées au calme dans l'intimité du cercle privé.
Pour quelques autres, l'allaitement reste à la demande mais la mère fait comprendre à l'enfant qu'il existe des moments plus opportuns que d'autres pour réclamer.

Mme B : *Maintenant j'arrive à lui dire, là on ne peut pas, tu attends un petit peu*

Mme K : *j'ai toujours refusé d'être à leur disposition. A partir de la marche, je ne voulais pas qu'ils puissent venir se servir, je ne voulais pas être un self-service. C'était à la demande mais quand même quand je voulais pour ne pas être une vache à lait.*

Mme J : *il ne réclame plus en public… sauf à la plage, ça il aime bien*

A noter qu'à cet âge, l'enfant ne demande pas à téter en dehors de la présence de sa mère (Mme B, J) et il faut donc être amené à surprendre l'une des rares tétées pour découvrir que l'allaitement se poursuit.

2) Des tétés en public plutôt discrètes

Parfois pour des raisons religieuses (Mme C), souvent pour une question de pudeur, les mamans peuvent préférer allaiter loin des regards en particulier lorsqu'il s'agit d'un premier allaitement (Mme B, E, F). Mme G et I font part de la peur de choquer en allaitant en public. Les autres mères déclarent ne pas être restreintes par ces considérations mais font tout de même attention de ne pas trop s'exposer en se mettant à l'écart et en utilisant un tissu pour dissimuler qu'elles sont entrain de donner le sein (Mme C, D, F, L).

Mme F : *Et en observant ce qui se faisait autour, je me suis rendue compte qu'en soulevant par le bas, c'était très discret et que personne ne voit rien […] même mon mari ne s'en rendait pas compte*

Mme H : *Moi ça ne m'a jamais gêneé. Après je n'ai jamais sorti le sein comme ça, j'ai caché mais j'ai allaité partout*

Certaines mamans ont fait le constat qu'il est encore rare de voir en France des femmes allaiter dans des lieux publiques et en particulier si l'enfant est déjà grand (Mme H, I, J).

3) Peu de militantisme

Plusieurs mamans expliquent ne pas se sentir « *militantes »* (Mme A, I, K) et ne sont pas prêtes à avoir une démarche vers le grand public pour faire connaitre l'allaitement prolongé.

Mme A : *Moi, je ne suis pas non plus une militante, j'aurai envie que les choses changent, mais je ne vais pas me mettre à poil dans la rue pour allaiter* [référence à des manifestations comme La grande Tétée]

Mme E : *Je me suis rendue compte que ça ne servait à rien d'essayer de dire aux autres ce qui est bien à faire pour eux*

Mme I assure qu'elle n'a pas de tabous et dirait volontiers qu'elle allaite mais cela semble se limiter au cercle familial ou amical puisqu'elle préfère ne pas allaiter en public. D'autres mamans (Mme A, B) participent à des forums sur internet, l'information circule donc mais reste entre initiées.
Principales sources d'information sur l'allaitement prolongé, les associations pro-allaitement sont connues et reconnues pour leur rôle dans le soutien des mères (Mme A, D, I, J, K). Plusieurs mères ont d'ailleurs fait appel à la Leche league : Mme A habitant sur Nantes a assisté à une de leurs réunions, d'autres ont pris contact avec une animatrice par téléphone (Mme A, D) lorsqu'elles rencontraient un souci avec leur allaitement, Mme J a acheté un de

leurs livres pour savoir comment conjuguer allaitement et reprise du travail. Mais peu d'entre elles se reconnaissent dans les théories et les pratiques prônées par cette association pro-allaitement.

Mme A : *l'animatrice… un peu trop sectaire, un peu trop obtuse*

Mme D : *Après la leche league et les autres associations, ils ne pensent pas trop à la maman. On est un peu esclave de son enfant, c'est trop*

Mme J : *c'est trop du coup on n'y croit pas […] c'est trop dans l'excès pour qu'on entende le message […] on a l'impression que c'est faussé pour que ça aille dans leur sens. C'est un petit peu trop secte, après je ne parle pas de celle de Nantes mais plutôt de leurs livres, de leur site*

Mme K : *je ne suis jamais allée à la leche league, je n'ai jamais adhéré à une certaine forme de fanatisme*

4) Une bénédiction paternelle parfois sous condition

L'accord des pères à la poursuite de l'allaitement est parfois soumis au fait que cela reste dans la sphère familiale limitant la visibilité de ces allaitements qui se prolongent.

Mme B : *c'est vrai que le regard des autres le dérange*

Mme L : *c'est mon mari qui me disait si tu vas au centre commercial, tu ne vas pas allaiter devant les gens*

5) L'absence de démonstration de soutien des proches

Lorsque les femmes font part de la réaction de leurs proches, elles semblent apprécier l'absence d'opposition ouvertement exprimée ; en revanche on remarque que leur positionnement n'est pas pour autant en faveur d'un allaitement prolongé (Mme A, H, I, J). De là, on peut penser que ces proches ne diffusent pas non plus l'information à leur entourage.

Mme A : *[nos amis] n'ont pas plus réagi que ça, ni en positif ni en négatif[…] ma belle-mère n'a jamais rien dit[…]Mon beau-père au début, il ne disait rien de spécial, mais une fois, il m'a fait une réflexion : heureusement qu'elle en a que 2, sinon je ne sais pas où elle mettrait le 3^{e}[…] par la suite il a dit, à table, que c'était bien d'allaiter longtemps, car c'est ce qu'il y a de meilleur. Après, ma belle-sœur, elle était étonnée que je continue plus longtemps qu'elle*

6) L'incompréhension de l'entourage entraine parfois une pratique clandestine

La plupart des mamans font part de l'étonnement de leur entourage face à un allaitement qui se prolonge au-delà de la norme sociale. Certaines mères ont l'impression de passer pour des extraterrestres (Mme B, D, I). Il faut dire que les mamans pensent que cette pratique passe souvent aux yeux des gens comme une bizarrerie (Mme A, B, D, J, G), une lubie culturelle.

Mme H : *les gens disent mais c'est parce qu'elle est allemande*

Et si parfois certains semblent intrigués, …

Mme B : *mais pourquoi est-ce que tu continues*

Mme D : *c'est quoi ce besoin ?*

Mme K : *dès que l'on n'est pas dans la norme, on pose question*

… d'autres personnes paraissent mal à l'aise. Et même si les mamans n'ont pas souvent affaire à des critiques ouvertes, elles sont très sensibles à la communication non-verbale et en particulier des regards des gens qu'elles rencontrent (Mme B, D, F, K, L).

Mme D : *je me suis aperçue que ça choque un petit peu […] on vous regarde avec des grands yeux*

Mme F : *il y a des gens que ça gênaient. Des regards qui insistent, les regards qui fuient*

Mme L : *ils ne savent pas où regarder […] on me dit que ça ne dérange pas mais je vois bien qu'ils ne sont pas toujours à l'aise*

Passé 6 mois, l'étonnement se transforme souvent en incompréhension qui au fils du temps peut devenir de l'indignation (Mme B, C, F) ou source de moquerie (Mme D, F).

Mme B : *Quoi, il tète encore ? […]* C'est très bien jusqu'à 3 mois, 6 mois ce n'est déjà plus très normal, après je ne vous dis même pas

Mme D : [mon oncle] *parlait d'une femme qui allaitait après 2 ans et il disait : vous vous rendez compte un grand comme ça avec ses dents et qui marche, elle a un trouble psychologique pour faire ça*

Mme F : *ceux qui disent les premiers mois : « tu allaites, c'est bien » ; à 6 mois : « mais tu allaites encore ! » Et à 12 mois qui te balancent : « non mais tu vas l'avoir comme ça jusqu'à 18 ans ! »*

Parfois les remarques peuvent être blessantes (Mme F) et souvent culpabilisantes pour la mère. En poursuivant l'allaitement aux yeux de tous, elles s'exposent à entendre dire que l'allaitement est mauvais pour l'enfant (Mme A) puisque cela le rendrait dépendant (Mme A, K), capricieux (Mme B, L), pervers (Mme B, C), jaloux (Mme B).
Les femmes sont en particulier sensibles aux réflexions de leur mère, qu'elles s'inquiètent pour leur santé (Mme D, G) ou bien ne comprennent pas d'emblée leur démarche (Mme A, B, F, G, K).

Mme F : *ma mère, mes tantes, elles me disaient « ah oui, 3 mois c'est bien... », mais après on fait passer le message qu'il est temps d'arrêter*

Mme G : *depuis que mon bébé a 6 mois, ma mère me demande tout le temps quand est-ce que je vais arrêter. Là je lui ai dit que j'avais quasiment arrêté donc elle arrête de poser la question mais sinon c'était à chaque fois…*

Ainsi, on retrouve l'idée que pour éviter les remarques et les questionnements, il est plus simple de garder pour elles qu'elles allaitent toujours (Mme A, E, H, J). Cela étant vrai pour les femmes introverties comme pour les mamans les plus initiées à l'allaitement prolongé.

Mme H : *je n'ai plus dit que j'allaitais […] Moi je n'avais pas envie d'entrer dans les discussions comme celles-là ; je n'ai pas à me justifier alors ce n'est pas la peine que je leur dise qu'à 1 an ½ il est encore allaité*

Mme J : *on en parle pas beaucoup en dehors du cercle très privé* […mes collègues de 50 ans] *trouvaient déjà ça fou de continuer alors qu'il n'avait que 6 mois. Donc après c'est sûr, on en parle plus de trop.*

F- Relation avec les professionnels de soins

1) Quelle demande de soins ?

a) Demande de soins pour les enfants

Si la plupart des enfants sont suivis par un médecin généraliste depuis leur naissance (Mme E, G, H, I, K, L), 4 mamans avaient choisi de consulter un pédiatre pour leur premier enfant (Mme A, C, D, J). Cela correspond aux mamans vivant au plus près de Nantes et qui par la suite, ont préféré poursuivre avec leur généraliste devant une meilleure disponibilité et une plus grande commodité. Certaines mamans ont bénéficié d'un suivi conjoint par la puéricultrice de PMI pour les nourrissons (Mme D, F, L).

Actuellement, certains enfants bénéficient d'un suivi spécialisé : par un ORL pour les enfants de Mme J, au CHU pour l'ainée de Mme B ainsi que les enfants de Mme F (suivi post-greffe, protocole de recherche). En dehors de ces cas particuliers, on retrouve les motifs de consultation habituels : pathologies aigues et le suivi du développement.

Selon le parcours de vie de chaque maman, on retrouve une consommation de soin différente :

- Mme B avoue avoir recours à son médecin généraliste à chaque fois que l'un de ses enfants présente un symptôme. Elle met cette attitude en lien avec les antécédents de sa fille (leucémie aigue) ;
- Mme J semble essayer de temporiser avant de consulter en cas de pathologie aigue ;
- Mme D et I expliquent connaitre les maisons médicales de gardes tout en pensant y avoir recours de façon appropriée ;
- Mme F gère les problèmes respiratoires de ses enfants à l'aide de protocole de soins et consulte rapidement en accord avec son médecin traitant en absence d'amélioration des symptômes ;
- Mme H, du fait de ses connaissances médicales, gère par elle-même la plupart des pathologies infectieuses de ses enfants.

b) Demande de soin pour les mères

Parmi les 12 femmes rencontrées, aucune ne présentait de pathologie chronique active (Mme A n'ayant que très ponctuellement recours à du salbutamol). 2 femmes expliquent être en général peu enclines à consulter pour elles-mêmes (Mme A, K) et seules Mme C et K consulteront devant la survenue d'une complication de leur allaitement (abcès, lymphangite).
On retrouve donc comme principaux motifs de consultation au cours de l'allaitement maternel : des pathologies aigues (Mme B, C, E, I, K), la délivrance de certificats médicaux (Mme A, H), la demande de contraception (Mme A, K) ou d'un suivi gynécologique (Mme G, H, J).
Pour ce faire, ces femmes ont rencontré leur médecin traitant (Mme A, B, H), un médecin de garde ou un urgentiste (Mme I, K), un gynécologue (Mme A, G, H, J), une sage-femme (Mme A), un dentiste (Mme E), un anesthésiste (Mme I), un pharmacien (Mme B, E).

2) Comment l'allaitement influence t-il la relation soignant-soigné ?

a) Un savoir remis en question

Beaucoup de femmes pensent que les professionnels de santé sont peu formés sur l'allaitement (Mme A, B, D, I, K) et remettent en question leur légitimité à conseiller les femmes allaitantes (Mme B). La preuve en est lorsque le professionnel préconise d'espacer les tétées souvent synonyme de baisse de la lactation.

Mme B : *c'était toujours : et combien il boit de biberons ? Bah, il boit quoi alors ? Ah, vous lui donnez encore le sein ! Et alors vous lui donnez combien de fois par jour ? Non, non, il faut compter le nombre de tétées ! 4- 6 tétées par jour pas plus !*

b) Un désir d'autonomie

Si aucune de ces femmes ne semble avoir renoncé à consulter au cours de leur allaitement, très peu l'on fait pour ce motif. Concernant la question du savoir-faire, les mères préfèrent se débrouiller par elles-mêmes : recherche sur internet, échange sur des forums, appel d'une association pro-allaitement.

Mme A : *J'ai quand même appelé la leche league pour ça […] elle m'avait dit que si ça ne passait pas au bout de 2jours, il fallait que j'aille voir mon médecin.*

Mme D : *c'est vrai que je comptais que sur moi-même et peu sur les associations.*

c) Un échange faussé

Lors d'une consultation de suivi d'un nouveau-né, l'allaitement est facilement évoqué par le professionnel. En questionnant la mère sur la conduite de son allaitement, il oriente souvent vers une donnée quantitative laissant entendre aux mères que l'allaitement à la demande n'est donc pas une bonne réponse à cette question. Pour ne pas se sentir en faute, ces femmes se sentent alors obligées de formuler ce qu'elles pensent être la réponse attendue.

Mme A : *quand il m'a demandé combien de fois par jour je lui donnais à manger, je lui ai dit toutes les 4h […], je lui ai un peu menti. Je lui ai dit ce qu'il voulait entendre. Et la fois d'après, je lui ai même dit qu'elle avait eu des biberons de complément*

Mme B : *Bon, s'il me demande, je lui passe les détails, je lui dis juste : « oui il tète encore ». Mais on dit parfois ce que les médecins ont envie d'entendre… s'il veut entendre 4 tétées par jour, je vais dire 4 tétées par jour ; quand il me demande s'il tète encore la nuit je lui dis « non non ».*

Ce positionnement a pour but d'éviter la poursuite de l'interrogatoire et de désamorcer tout conflit.

Mme B : *Comme ça, il n'y a pas de soucis, ça ne le fâche pas.*

Mme K : *Je savais quelle réponse donner pour pas qu'on m'embête.*

De même quand la mère juge les conseils prodigués peu pertinents, elle a tendance à acquiescer alors même qu'elle n'a pas l'intention d'être observante**.**

Mme A : *j'ai dû lui dire oui oui*

Mme L : *Parfois je demande, j'écoute et j'essaie de faire comme ça m'arrange*

Cela leur laisse, néanmoins, l'impression de *cacher* la vérité (Mme B, K), parfois même de *mentir* (Mme A, D) alors qu'en dehors de l'allaitement, elles expriment la confiance qu'elles ont en leur médecin (Mme A, B).

d) L'allaitement prolongé : un sujet sensible

S'il est parfois difficile pour ces femmes de revendiquer leur allaitement auprès de leur entourage, il est en est de même avec les professionnels de santé quand celui-ci se prolonge. Mme A et K font part de la difficulté de faire face à la personne détentrice du savoir et de l'autorité médicale. En effet, même si ces femmes sont convaincues de faire le meilleur choix pour leurs enfants, elles peuvent avoir des réticences à aborder le fait qu'elles allaitent toujours par peur d'une réaction négative en fonction de ce qu'elles connaissent ou croient savoir de l'opinion du soignant.

Lorsqu'un professionnel de santé exprime son soutien (Mme D, E, H, J) ou du moins respecte leur choix (Mme C, G, I, K), les femmes évoquent un vécu très positif de la relation avec le soignant.

Mme H : *Le médecin généraliste […] me dit : très bien, continuez comme ça. Au contraire, il m'a toujours soutenu mais je pense qu'il n'aurait pas eu le même discours avant son petit-fils [né en Allemagne]… Avec lui, j'ai toujours dit que j'allaitais encore et pour lui c'était important car mon dernier mangeait très très mal […] Le médecin m'a dit : s'il ne mange pas continuez l'allaitement*

Mais si le professionnel prend ses distance par rapport à l'allaitement en prescrivant des compléments (Mme A, D, H), remet en question l'allaitement à la demande (Mme J) ou doute de l'intérêt de poursuivre (Mme B, D, I), ces remarques sont vécues comme des agressions et discréditent le soignant aux yeux des mères.

Mme A : *vous allaitez les 2 ? Mais vous avez encore du lait ? Je vous mets la pilule pour 6 mois, de toute façon d'ici là ils seront sevrés […] elle n'a pas voulu prolonger […] puis après palpation des seins, elle presse le téton et elle me dit « ban vous n'avez pas de lait ! ».*

Mme I : *j'ai dû être opérée de l'appendicite. J'avais dit de suite à l'urgentiste que j'allaitais, mais quand elle a compris que ma fille avait plus d'un an, elle m'a dit que je ne pensais qu'à moi et qu'ici ce n'était pas le tiers-monde*

e) L'allaitement une omission courante

Au cours de l'entretien, plusieurs femmes ont pris conscience que leur médecin traitant n'était pas au courant que leur allaitement se prolongeait (Mme A, F, J). Toutes 3 expliquent que ni elles ni le professionnel de santé n'ont abordé le sujet au cours des dernières consultations.

Mme A : *on n'a pas parlé* [allaitement] *je ne sais plus si mon médecin est au courant, comme je ne vais pas le voir souvent, enfin ça ne m'aurait pas gêné de lui en parler*

Mme F : *on n'en a jamais trop parlé […] comme ça allait au niveau allaitement, je n'ai pas consulté non plus. En fait, involontairement, je l'ai écarté. J'en ai parlé avec la pédiatre et beaucoup avec la PMI*

Mme J : *je me demande si ma généraliste est au courant que j'allaite encore. Ça fait longtemps que l'on n'en a pas parlé. C'est vrai que j'ai pris l'habitude de vérifier sur le CRAT si je peux ou non prendre un traitement alors je ne pense pas toujours à le dire*

Cette découverte peut alors être fortuite au cours de l'interrogatoire ou de l'examen médical.

Mme G : [la gynéco] *c'est à la palpation mammaire qu'elle s'est rendu compte que j'avais du lait.*

Mme L : *il y a 3 semaines […] je ne sais plus comment je lui ai dit que je continuais à l'allaiter mais il était très étonné.*

Tout comme l'allaitement peut ne pas être évoqué et n'être alors pas pris en compte lors de la décision thérapeutique (Mme E).

S'il s'avère qu'une femme peut omettre de rappeler qu'elle allaite ne trouvant pas cela pertinent, cela montre également que le professionnel de santé n'a pas toujours conscience que cela puisse être possible et ce d'autant que l'on s'éloigne de l'accouchement ou que l'enfant est absent lors de la consultation.

Mme H : *L'année dernière on avait dit qu'on ferait ça et ça après l'allaitement et là je l'ai revue récemment, on n'a même pas parlé de l'allaitement. Ce n'était pas dans l'idée que j'aurais pu allaiter encore*

f) Comment l'allaitement intervient dans le choix du professionnel de santé ?

Si dans la majorité des cas, les femmes ne changent pas de référent médical (médecin généraliste, gynécologue…), elles peuvent, quand l'offre de soin le permet, être amenées à consulter un professionnel de santé qui leur parait plus sensibilisé à l'allaitement.

Mme A : *les enfants sont suivis par une amie médecin qui est pas loin et puis je la connais alors c'est plus facile.*

Mme B : *Moi, j'ai changé de médecin pour ça*

Mme I *: Après si un médecin vous dit qu'à six mois il faut arrêter, il faut juste changer de médecin !*

L'âge, le sexe du professionnel peuvent peser dans la balance. Mme A avait l'idée qu'une jeune femme serait plus bienveillante. Pour d'autres, c'est la formation qui est déterminante dans l'implication du professionnel dans l'allaitement. Certaines professions de santé sont ainsi considérées comme pro-allaitement : les sages-femmes (Mme A, C, H), les pédiatres (Mme A, B), les puéricultrices (Mme D, F) et seront plus sollicitées pour parler d'allaitement et les femmes leur pardonnant moins volontiers de ne pas les soutenir.

Mme B : *même les pédiatres que j'ai rencontrés m'ont regardé avec des gros yeux*

Mme D : *je suis scandalisée de voir que la puéricultrice* [de la PMI] *est anti-allaitement*

Mme J : *Le gynéco, il me disait d'arrêter, que j'étais trop fatiguée pour continuer et que de toute façon les bébés ils n'en ont pas besoin. A mon avis, il n'était pas pro-allaitement, nan vraiment très méprisant*

Face à ce constat, on peut comprendre pourquoi le bouche-à-oreilles peut être déterminant dans le choix du professionnel car les femmes s'assurent ainsi de la qualité d'écoute du professionnel.

Mme A : *je suis allée voir la sage-femme de ma sœur même si ce n'est pas la porte à côté, mais au moins de celle-ci, je suis sûre*

Mme I : *j'ai connu mon médecin par une amie. Apparemment quand elle a eu ses enfants, elle les allaitait alors même qu'elle travaillait […] Avec elle, je sais que je peux tout dire et que si je lui dis que je suis fatiguée, elle ne va pas me dire que je n'ai qu'à la sevrer*

g) Ce qu'attendent les mères des professionnels de santé : la bienfaisance

Tout d'abord, le professionnel se doit de contribuer à la promotion de l'allaitement au vue des connaissances qu'il a sur les bienfaits de l'allaitement maternel.

Mme L : *le médecin il doit dire ce qui est le mieux*

Il peut apporter conseils et soutien aux mères. Mme F fait part de l'importance de l'empathie et de l'utilité de la réassurance par les professionnels au début de l'allaitement tout comme dans sa poursuite.

Mme C : *pour ma première où l'allaitement ne se passait pas bien, le pédiatre a été super et il a tout fait pour m'aider à ce que ça reparte avant de dire que ça ne se ferait pas*

Mais avant tout, le professionnel ne doit pas nuire à l'allaitement. Mme A, B, D, I, J, K regrettent que l'intervention de professionnels puisse précipiter un sevrage devant des conseils non adaptés ou jugés obsolètes.

Mme D : *j'ai une amie qui a très vite arrêté d'allaiter son enfant parce qu'elle suivait le*

programme donné par cette puéricultrice : tant de tétées par jour, 3h entre elles [une autre maman a] *laissé pleuré son bébé pendant 2 heures car il ne fallait pas donner de tétée la nuit. Résultat […] son bébé préma perdait du poids. Le pire, je trouve, c'est de faire plus de mal que de bien*

Et encore moins, le faire sciemment (Mme I, K). En cas de difficultés ou de complications de l'allaitement, le professionnel devra faire son possible pour maintenir l'allaitement. Et lorsque celui-ci se passe bien, il n'a pas à décréter qu'il est temps de l'arrêter.

Mme I : *quand un médecin, sur un engorgement, vous dit d'arrêter l'allaitement, c'est quand même fou.*

Il doit prendre en compte l'allaitement lors de ses prescriptions (Mme A, B, E, I, J) en proposant un traitement compatible avec la poursuite de ce dernier.

Mme I : *Après tout, certains patients sont allergiques et bien moi c'est que j'allaite*

En cas de doute, les femmes s'attendent à ce que le professionnel vérifie auprès de site internet spécialisé ou en prenant contact avec le lactarium.

Mme A : *je lui demanderais si c'est compatible avec l'allaitement et s'il me dit je ne sais pas, je lui dirais de regarder sur le CRAT s'il vous plaît. Ou moi, j'irais revoir après, vaut mieux vérifier.*

Mme B : *il y a beaucoup de choses auxquelles on n'a pas le droit et les médecins n'y font pas toujours attention […]. Une fois, j'ai consulté pour une angine, et je dis bien pourtant que j'allaite, mais arrivée chez moi, j'ai lu que ce n'était pas compatible avec l'allaitement*

G- Que pensent les mères de la politique de promotion de l'allaitement aujourd'hui ?

1) Des freins à l'allaitement persistants

a) Le poids des industriels

Mme L se félicite qu'en France la publicité pour les laits 1er âge soit interdite ; pour elle, cela limite l'idée que le lait artificiel remplace parfaitement le lait de mère. Les anciennes propagandes vendant le lait artificiel comme plus sûr sont désormais enterrées (Mme E, L) et les bienfaits de l'allaitement maternel sont diffusés (Mme D) ; mais force est de constater que malgré ces arguments, l'allaitement artificiel reste souvent de mise à la naissance (Mme A, D, F) et devient incontournable passé les premiers mois. Pour Mme I, cela n'est pas prêt de changer au vue du poids économique de l'industrie des préparations pour nourrissons.

b) L'omniprésence du biberon

Si la publicité pour le lait artificiel est réglementée, cela ne semble pas nuire à l'image du biberon. Ainsi, publicités de matériel de puériculture (Mme D et I), jouets (Mme B) et médias (Mme I) continuent à véhiculer l'image du bébé prenant un biberon ce qui peut influencer les futures mères (Mme A, B, I).

Mme B : *même avec les jouets, les bébés sont vendus avec un biberon, on a déjà pas le choix à cet âge.*

Mme I : *dans le livre* [petit ours brun et le bébé] *le bébé tête sa maman et bien dans le dessin animé, il prend un biberon ! Moi je trouve ça plus choquant que l'on donne un biberon à un ours. Dans un film, je veux bien comprendre que c'est plus facile que l'actrice donne le biberon mais dans un dessin animé, c'est quoi le problème technique ? Si on voit des biberons partout, il ne faut pas s'étonner que les mamans ne pensent pas à l'allaitement*

Aujourd'hui et dans le monde, l'idée de la commodité et de la modernité reste associée au biberon. On y associe la *liberté* (Mme C, H) en permettant l'émancipation de la femme au travers d'un retour à l'emploi rapide et *l'égalité homme-femme* au sein du foyer (Mme C, L).

c) L'érotisation du corps

Mme B, D, H, L s'étonnent du contraste entre la banalisation de voir des femmes dénudées (sur les plages ou dans les médias) et la réaction de gêne des gens vis-à vis d'une femme qui allaite.

Mme D : *Ils ne savent pas trop où regarder. Pourtant je me dis qu'on voit des gens bien plus dénudés à la télévision*

Mme L : *C'est fou qu'une femme qui allaite puisse déranger alors qu'une femme nue dans une pub c'est normal. Parfois j'ai même l'impression qu'ici de la chirurgie esthétique ça parait plus normal que d'allaiter*

Mme B, C et L déplorent l'utilisation intensive de l'image du corps de la femme pour vanter les mérites de tel ou tel produit. L'allaitement parait alors dommageable d'un point de vue esthétique (Mme H) et l'érotisation du corps fait perdre de vue la fonction première du sein. Ainsi ce n'est plus l'allaitement comme source d'alimentation qui est associé à l'image du sein mais bien celui du désir et du plaisir sexuel dont les femmes se défendent vivement.

Mme C : *il n'y a pas d'élan sexuel là dedans. Mon sein ne fait pas l'objet de fantasme, de désir sexuel par mon enfant*

Mme L : *Le corps de la femme est un objet sexuel aujourd'hui et ça dérange que ce soit utilisé pour autre chose*

Cette confusion peut entrainer par extension, quand l'enfant grandit, une vision « *perverse* » de l'allaitement (Mme B, C), une idée d'addiction, de dépendance à la mère et en particulier dans certaines cultures s'il s'agit d'un petit garçon (Mme L).

2) Un manque de visibilité de l'allaitement maternel

Mme I et J déplorent un manque de communication autour de l'allaitement dans les médias usuels. Mme F explique qu'*il faut faire la démarche* pour aller glaner des informations sur l'allaitement. Et si les mères rencontrées sont plutôt bien informées, elles ont consulté divers supports :

- Internet (Mme A, B, E, I, L)
- Association pro-allaitement (Mme A, D, F, I)
- Milieu médical (Mme F, G)
- Télévision (Mme F, G, H, I, K) dont l'émission *les maternelles* sur France 5
- Presse (Mme D)
- Livre (Mme I, J)
- Brochures (Mme F, L)

Mme F et H ont également relevé quelques maladresses qui pour elles ne vont pas dans le sens de la promotion de l'allaitement.

Mme F : *Je me souviens de la couverture d'un magazine avec une maman qui allaite son garçon de 6 ans* [Couverture du TIMES mai 2012 (Annexe 4)] *C'est quand même dérangeant. […] c'est comme Maud Fontenoy qui pose dans Paris Match le sein à l'air en train d'allaiter son enfant […] c'est du voyeurisme ; ça ne fait pas de pub pour l'allaitement.*

Enfin Mme D soulève le fait que l'allaitement prolongé pâtit de son manque d'exposition. En effet, cette pratique encore peu répandue en France est souvent cachée et donc n'entraine pas d'effet boule de neige auprès d'autres mamans qui auraient pu en découvrir l'existence.

3) Vers un meilleur accompagnement de l'allaitement

Mme C et D ont remarqué au fil de leurs grossesses une amélioration notable de la prise en charge et de l'accompagnement des mères allaitantes en maternité. Cette démarche en faveur de l'allaitement, l'obtention de label est plébiscitée par les femmes (Mme D, E, G) et peut orienter leur choix de maternité.
Néanmoins, les équipes ne semblent pas toujours disponibles et les femmes peuvent être sur la retenue et ne pas oser les solliciter (Mme F). En cas de mauvaise prise pondérale, la conduite de l'allaitement ne sera pas toujours réévaluée (Mme H) et un complément sera rapidement proposé (Mme A, D, H). De plus, pour ce complément, le lait artificiel est privilégié plutôt que le lait maternel (Mme C, H).
Mais la plupart du temps, les difficultés apparaîtront après la sortie de maternité. Plusieurs mamans déplorent que les femmes n'ont pas toujours conscience que le début de l'allaitement peut être difficile (Mme A, D, L). Et si Mme B trouve que de nombreuses mères se découragent et baissent les bras un peu vite, elle reconnait également qu'il est souvent difficile de savoir vers qui se tourner lorsque l'allaitement se passe mal.

4) L'importance de la transmission de l'art d'allaiter

a) l'allaitement comme héritage

La transmission verticale apparait comme un atout et un objectif importants pour les femmes.
Mme C vante les conseils de sa grand-mère et le soutien des parentes au cours de ses allaitements. De même Mme L s'est vue encouragée par sa mère au début de l'allaitement

Mme C : *J'ai eu quelques crevasses mais j'avais ma grand-mère qui me disait vas-y met le au sein sa salive va cicatriser*

Tout comme les femmes font souvent référence à leur mère en évoquant les raisons de leur allaitement, elles espèrent avoir transmis à leurs enfants l'envie d'allaiter à leur tour.

Mme B : *Ma fille quand elle a eu son bébé* [jouet]*, elle lui a donné le biberon alors que mon fils, lui, il donne le sein à son bébé. […] pour lui, c'est déjà plus logique de donner le sein et je trouve ça super.*

Mme C : *Ma fille a 12 ans, lors de la naissance du 4e, elle m'a même demandé de goûter […] Je trouve ça bien qu'elle s'y intéresse à son âge.*

Mme H : *J'espère que j'ai aussi donné envie de le faire à mes filles. Et puis pour les garçons aussi c'est naturel*

Mme K : *Je ne sais pas ce que je dirais à mes filles si elles me disent qu'elles veulent donner le biberon, ou mes belles-filles ça me ferait bizarre*

b) Une diffusion horizontale

Au travers des différents témoignages, on découvre l'importance de l'échange entre femmes, entre sœurs (Mme A, C, D, J). On retrouve l'idée forte de l'appartenance à une communauté, un groupe avec des valeurs communes (Mme D, K). Et si assez peu de mères adhèrent à des associations pro-allaitement, elles ont recréé des réseaux d'entraide parmi leurs connaissances (Mme F, G, H, I, K) ou bien sur internet (Mme A, B). Elles ont le désir de faire découvrir l'allaitement à leurs proches, d'échanger des conseils, de prévenir et de se soutenir quand des difficultés apparaissent.

5) L'espoir d'une évolution

Mme C a remarqué, au fil de ses grossesses, que l'allaitement bénéficiait d'un meilleur accueil mais plusieurs mères pensent qu'il faut poursuivre les actions de promotion de l'allaitement.

a) En France, une bienveillance encore paradoxale

Plusieurs mères s'accordent à dire que l'allaitement est valorisé et qu'il fait désormais partie des mœurs (Mme C, E, H) mais :

- il est encore souvent réduit à une nouvelle tendance, une *nouvelle mode* (Mme C, L) *;*
- il ne faut pas que l'allaitement dure trop (Mme F, K). Pour Mme A, B et C, 6 mois est la durée d'allaitement jugée convenable en France.

  Mme G : *on prône l'allaitement mais si ça dure longtemps, on trouve cela bizarre*
- Au-delà, les femmes doivent se justifier alors que la société se dit *libérale* et tolérante.

  Mme C : *Il faut se justifier d'un truc naturel qui reste encore stigmatisé […] Aujourd'hui il faut payer pour aller au zoo pour que les gens s'extasient en voyant un petit animal téter. La société est vraiment à double courant. […]On a laissé la femme disposer de son corps avec la pilule, on doit lui laisser le choix qui n'incombe qu'à elle, d'allaiter ou pas et le temps qu'elle veut*

- Si voir une femme allaiter son enfant dérange encore, il n'existe que trop rarement des espaces aménagés (Mme B, D).
- Mme C soulève également le fait que les femmes peuvent craindre une moins bonne évolution de leur carrière en se rendant plus disponibles pour l'allaitement.

b) Des modèles étrangers à méditer

Mme D regrette la timidité de la politique française en faveur de l'allaitement. Pour elle, il existe encore un *grand décalage avec les pays nordiques* où les femmes sont bien plus nombreuses à allaiter et le font bien plus longtemps. Pour Mme A, cela est favorisé par un congé maternel plus long que chez nous. Mme I et J retiennent cet argument et souhaiteraient voir cette mesure en France afin d'encourager les femmes à préférer l'allaitement et permettre que celui-ci se prolonge.

Mme I : *2 mois c'est juste le temps pour que l'allaitement se mette en place. A peine les mamans commencent à en profiter qu'elles pensent arrêter pour retourner bosser*

Mme H voit d'un bon œil, qu'en Allemagne, les femmes bénéficient d'un suivi rapproché après la sortie de maternité. Cette mesure permet un meilleur accompagnement et limite le risque d'échec de l'allaitement.

Cependant, Mme D s'interroge des possibles dérives des campagnes pro-allaitement. Et tout en évitant la contrainte, elle souhaiterait une attitude plus tolérante, respectueuse du choix des mères.

Mme D : *dans les pays nordiques […] Donner le biberon c'est mal vu pour les petits et je ne suis pas d'accord avec ça non plus. On doit laisser le choix, on ne doit pas pointer du doigt les mamans qui donnent le biberon ou qui allaitent*

Discussion

I - A propos de ce travail de recherche, discussion de la validité interne

A) Choix de la méthode qualitative

Cette étude avait pour but de mettre en lumière un sujet peu abordé dans la littérature, à savoir, que l'allaitement maternel prolongé peut rester une pratique cachée y compris aux yeux des professionnels de santé. Si l'approche qualitative nous a permis d'explorer un sujet aussi intime que l'allaitement maternel, il s'avère que la narration en dit souvent plus long que le contenu. Ainsi, le choix des entretiens semi-dirigés s'est révélé adapté, nous permettant de revenir sur les choix de santé de ces femmes et leurs relations avec les soignants, tout en faisant émerger des concepts que nous n'avions pas envisagés au début de l'enquête.

Cependant dans de telles études, le principal biais susceptible de perturber la représentativité des données est le chercheur lui-même, en particulier lorsqu'il s'agit d'une première expérience.
Tout d'abord, la distance sociale entre enquêteur et interviewés peut inhiber la production du discours.(67) Pour cela, nous avons veillé à laisser le choix du lieu d'entretien aux femmes interviewées. Nous avons ensuite évité l'installation en face à face afin de ne pas reproduire la configuration classique d'un cabinet médical.
Ensuite, comme on a pu le voir lors du recrutement des mères, le chercheur par son attitude, ses questions, son positionnement, peut consciemment ou inconsciemment, induire le discours et orienter son contenu. Ayant pris conscience de cela, l'enquêtrice a donc veillé lors des entretiens à rester le plus neutre possible mais le simple fait d'avoir choisi de réaliser un travail sur l'allaitement prolongé pouvait laisser supposer une position « pro-allaitement » de notre part. De plus, si les interventions verbales se sont voulues limitées, des sourires, des hochements de tête ont pu les remplacer et influencer le discours des mères.
D'autres facteurs de confusion ont pu apparaitre comme les coups de fil auxquels les mères ont répondu lors des entretiens ou la simple présence des enfants.
Lors du discours des mères, un biais de lissage a pu également intervenir. En effet, certaines mères ont peut-être trouvé délicat d'aborder des sujets comme la relation avec les professionnels de santé sachant que l'enquêtrice était elle-même médecin. Malgré le soin de ne pas émettre de jugement de valeur, des réponses ont ainsi pu être éludées ou modifiées pour être plus avouables.
Enfin, un biais d'interprétation peut toujours être reproché puisque l'exploitation des données est variable d'un enquêteur à l'autre ; celle-ci peut alors être jugée insuffisante ou erronée puisque les attentes du chercheur peuvent influencer l'interprétation des données.

B) Critères d'inclusion

Le délai maximum de 5 ans, entre le sevrage et l'entretien, devait permettre d'inclure des femmes ayant pu prendre un peu de recul vis-à-vis de leur pratique tout en limitant le biais de rappel.

Malgré cela, nous avons parfois pris en compte les allaitements précédents qui pouvaient remonter à plus de 5 ans. En effet, il était difficile de dissocier dans le discours des mères ce qui remontait à plus ou moins 5 ans. Il est donc possible, qu'avec le temps, des souvenirs aient été involontairement modifiés par les mères ou que seuls les expériences les plus percutantes leur soit revenues en mémoire lors de l'entretien.

C) Constitution du corpus

Une partie des mères a été recrutée par accès direct par l'enquêtrice, le plus fréquemment dans sa pratique clinique. Le risque était donc de ne recruter que des femmes qui affichaient leur allaitement ou en parlaient librement. Mais même si l'enquêtrice, sensibilisée à la pratique de l'allaitement prolongé, a pu parfois orienter la discussion ou inviter les femmes à se confier, la plupart de ces découvertes ont été fortuites, parfois inattendues.

Afin de limiter ce biais de recrutement et pour des raisons pratiques, la seconde partie des mères a été recrutée de façon indirecte.
Afin de garantir l'hétérogénéité des témoignages, nous avons, tout de même, limité le recours à *la méthode de proche en proche* (67) où une première femme interviewée propose le nom d'une sœur ou d'une amie. Ces personnes ont souvent un profil similaire et peuvent avoir un vécu de la situation proche rendant les données redondantes.
Lors du recrutement par accès indirect, il faut également tenir compte que le tiers peut brouiller le cadre contractuel de communication.(67) Les mères ont pu ainsi se sentir contraintes de répondre favorablement à la demande d'entretien pour faire plaisir au tiers. Nous pensons néanmoins avoir limité ce biais de courtoisie par la prise de contact téléphonique. L'enquêtrice laissait alors toute liberté aux femmes de refuser de participer à l'enquête. En cas d'absence, un message était laissé sur leur répondeur, il indiquait qu'elle pouvait nous contacter si elle était intéressée par l'étude. Nous n'avons pas essayé de rappeler les personnes qui n'ont pas donné suite à notre message afin d'éviter de « faire pression » ce qui aurait pu nuire au recueil des données.
Il en a été de même pour les femmes que l'enquêtrice a contactées en ligne directe.

D) Diversité des profils

La sélection des participantes à l'étude a permis de réunir des profils diversifiés : âge, lieu de vie, parité.
Le niveau d'étude des mères participant à l'étude s'est révélé très élevé ainsi que le nombre de femmes non fumeuses ou en couple. La proportion des mères en congé parental ou mère au foyer parait également importante et est sous-tendue par un niveau socio-économique élevé. Mais cela serait très fidèle au profil statistique des femmes qui allaitent.(68)(69)(70)

Nous pouvons néanmoins regretter l'absence de plusieurs catégories socioprofessionnelles, notamment les agricultrices, ouvrières et les professions libérales car ces femmes auraient pu apporter des informations complémentaires sur le thème de l'allaitement et du travail. Mais il semble que de toutes façons, ces femmes sont moins nombreuses à allaiter du fait de conditions de travail plus contraignantes et de l'application de la législation du travail moins souple que pour les employés, alors même que l'adaptation du temps de travail entrainant une perte de salaire qui ne peut pas toujours être envisagée par les ménages.

Notons que si l'absence d'activité professionnelle peut paraître une condition facilitant la poursuite de l'allaitement, elle semble surtout faire partie d'un projet de vie de certaines femmes, ou de certains couples, au même titre que l'allaitement prolongé.

Afin d'obtenir les propos les plus hétérogènes possibles, nous avons volontairement limité le nombre de mère travaillant dans le milieu médical. Elles étaient surreprésentées parmi le panel constitué par l'enquêtrice et leurs réponses autour de la santé et du recours aux soins auraient pu être fortement biaisées.
Nous avons fait également le choix de contacter des femmes d'origine étrangère, élevées dans une culture pro-allaitement, afin de bénéficier de leur regard critique sur les pratiques autour de l'allaitement en France.

E) Richesse des données recueillies

Le contenu des entretiens témoigne d'une diversité de situations, d'expériences et d'opinions. Il a permis de constituer une base de données riche.
La taille de l'échantillon nous a permis d'atteindre la saturation des données dès le 11^{e} entretien.

II- A propos des résultats de cette étude, discussion de sa validité externe

A) De la décision d'allaiter aux premières difficultés.

Depuis plusieurs décennies, on cherche à déterminer le profil des femmes qui allaitent afin de mieux orienter les campagnes de promotion de l'allaitement. Plusieurs études ont démontré que parmi les femmes qui allaitent dans les pays industrialisés, celles les plus susceptibles d'allaiter longtemps, ont plus de 25 ans, ne fument pas, sont en couple, sont multipares, ont fait des études secondaires et bénéficient d'un bon niveau socio-économique.(51)(68)(69)(70)(71) Et s'il est vrai que les femmes que nous avons rencontrées partagent nombre de ces caractéristiques sociodémographiques, on retrouve également chez elles des facteurs socioculturels prédictifs des allaitements les plus longs. Si l'information prénatale et le soutien du conjoint sont bien déterminants dans cette démarche(72), la précocité de la décision d'allaiter et la durée initialement envisagée ont également leur importance. Ainsi lorsqu'une femme envisage, dès le début de sa grossesse, d'allaiter son enfant 6 mois, elle a bien plus de chance d'y arriver et de poursuivre au-delà.(68)

Si encore une fois, ces données sont comparables à nos résultats, il semble plus intéressant de comprendre ce que sous-entendent ces différents facteurs dans la prise de décision de ces femmes. Ingrid Bayot, formatrice de l'institut co-naître (institut de formation des professionnels de santé, membre de la COFAM), a très bien décrit le rôle de la motivation et de la satisfaction dans la poursuite de l'allaitement. Mais elle va plus loin et fait la part des choses entre volonté et désir d'allaiter. (73)
La volonté d'allaiter est un mécanisme psychique conscient très présent chez les femmes que nous avons rencontrées. Parfois qualifiée de « modèle savant » par les sociologues(74),

cette réflexion se base sur les informations que les femmes trouvent pertinentes. Comme nous avons pu le voir, lorsqu'une femme décide dans ces conditions d'allaiter, elle est capable de préciser les raisons de son choix et la durée d'allaitement qu'elle envisage.(73) Si les mères, que nous avons rencontrées, ont mis tout d'abord en avant l'aspect naturel de l'allaitement, c'est la découverte des bénéfices de l'allaitement maternel qui pousse généralement les femmes à s'interroger sur le mode d'allaitement et à opter pour l'allaitement maternel. L'argument concernant la santé de l'enfant serait alors le plus convainquant (plus de 80% contre 12% pour le renforcement de la relation mère-enfant).(69)(75)
Le désir d'allaiter, lui, est inconscient et se nourrit, dès l'enfance, des émotions, des fantasmes et du vécu de chaque femme. Dans la littérature, on retrouve l'idée d'une association positive entre durée de l'allaitement et le fait que les mères aient elle-même été allaitées.(70) Cependant, nous avons pu voir que ces allaitements, souvent courts, alimentent aussi les craintes d'échec chez les futures mères. Ainsi le désir peut être inhibé par la peur, comme grandir au fil du temps au contact d'image positive d'allaitement. Et alors que la relation mère-enfant se tisse, ce désir va s'exprimer sous la forme d'une envie instinctive d'allaiter son enfant.(73) On comprend donc mieux que l'idée d'avoir été soi-même allaitée, comme de voir des proches s'épanouir en donnant le sein, peut éveiller chez une femme le désir d'allaiter et cela avant même la grossesse, illustrant tout à fait les témoignages que nous avons recueillis et ceux d'autres études qualitatives(61)(66). S'il n'y a pas de mérite à désirer allaiter son enfant (comme il n'y a pas de honte à ne pas le désirer), les mères en retirent plaisir et fierté, ce qui alimentera le désir d'allaiter favorisant alors la poursuite de l'allaitement.(68)
Volonté et désir sont deux mécanismes très différents mais intimement liés chez les femmes que nous avons rencontrées. Ils sont les moteurs de l'allaitement et s'expriment chez elles en synergie. Le désir d'allaiter ne se vit en toute sérénité que du fait des conditions favorables mises en place par la volonté (connaissances, personne ressource, congés supplémentaires, temps partiel). La volonté aide donc à dépasser les difficultés qui peuvent survenir au cours de l'allaitement et qui peuvent nuire au désir ; tout comme le cycle désir/plaisir vient à bout des doutes qui mettent la volonté à l'épreuve. L'allaitement peut alors se poursuivre tant que le plaisir subsiste.(73)

Cette dynamique permet également de mieux expliquer comment certaines femmes arrivent à concilier allaitement et retour à l'emploi. En ayant connaissance de la nécessité d'entretenir la lactation et en faisant valoir le droit du travail, nous avons vu que des femmes arrivent à maintenir leur projet d'allaitement. Pour celles qui n'ont pas repris d'activité professionnelle, elles expriment majoritairement l'idée que la reprise du travail reste un frein à la poursuite de l'allaitement. De nombreuses études françaises leur donnent d'ailleurs raison puisque le taux d'allaitement connait une très nette chute après le 3^{e} mois.(48)(49)(51) Cependant, il n'en va pas ainsi dans tous les pays. L'Allemagne, la Suisse ou l'Espagne ont des taux d'allaitement à 6 mois bien supérieurs à la France alors même que ces 4 pays ont des conditions de congé post-natal proches.(45) De même, les américaines allaitent bien plus et plus longtemps que les françaises alors qu'elles ont un taux d'emploi comparable à ces dernières (USA 62% contre France 60% en 2012(76)) sans pouvoir prétendre à une rémunération en cas de congé post-natal de toute façon limité à 2 semaines.(45) Tout raccourci entre congé post-natal avantageux (durée et rémunération) et poursuite de

l'allaitement maternel doit donc être évité car cela ne peut pas être la seule explication de la diffusion et de la poursuite de l'allaitement dans les pays d'Europe du Nord.

B) L'allaitement maternel, le poids d'une norme.

Comme nous avons pu le voir, l'acceptation individuelle de l'allaitement maternel prolongé est loin d'être unanime. Et les femmes françaises qui prolongent leur allaitement se décrivent souvent comme des « *extra-terrestres* ». (66) Mais pour autant, est-ce une « pratique hors-norme » ?
Indispensable à la survie du groupe, l'allaitement est un parfait exemple de pratique que l'homme a cherché à normaliser. Rites et croyances ont ainsi longtemps garanti la transmission d'un modèle culturel de l'allaitement partagé par le plus grand nombre.(77)
Mais l'évolution des conditions de vie (nouvelles technologies, diffusion de résultats de recherches scientifiques, confrontations à différentes cultures…) font régulièrement émerger de nouvelles normes plus avantageuses pour le groupe.(78)
En France, il coexiste ainsi deux normes bien différentes. Une première norme coutumière, celle partagée par le plus grand nombre, qui envisage la fin de l'allaitement avec celle du congé maternité ou du moins, avec l'âge de la diversification alimentaire ; et une norme régulatrice basée sur les recommandations internationales (78) rendant l'allaitement maternel au-delà de 2 ans tout à fait acceptable du point de vue des pouvoirs publics et des hautes instances médicales.
Mais lorsqu'une nouvelle norme émerge, elle rentre souvent en concurrence avec la norme qui domine dans la société. Or cette dernière, intériorisée depuis longtemps, a valeur d'obligation morale. Toute transgression à celle-ci conduit les individus à ressentir un sentiment de honte et de culpabilité. Les personnes, chez qui ces contraintes internes sont fortes, auront à cœur de faire respecter cette norme et l'individu, qui la défie, s'expose également à des sanctions sociales dites contraintes externes (rejet, moquerie, atteinte à la réputation individuelle). (77)
Comme dans d'autres cultures peu favorables à l'allaitement prolongé, ces sanctions sociales restent vives. Il y a 10 ans, une étude canadienne révélait que critiques et stigmatisations sociales étaient souvent cause de sevrage après 9 mois(79), ce qui illustre parfaitement le poids du « regard des autres » dont nous ont fait part les mères de notre étude. Si elles se disent peinées de cette situation, aujourd'hui, elles ne renoncent pas à leur allaitement pour autant.(65)
Ainsi la perception du lien affectif fort entre la mère et l'enfant, le soutien de ses paires et la confiance en soi sont nécessaires pour faire fi d'un environnement négatif.(80) Nous avons vu qu'un fort sentiment d'appartenance à un groupe lie toutes ces mères entre elles.(66)
Cette coalition permet de faire diminuer progressivement le coût social des sanctions associées à l'ancienne norme et signe l'avancement dans le processus d'acceptation de l'allaitement prolongé. Courante chez nos voisins, désormais recommandée en France, l'étape prochaine réside dans le fait que les avantages liés à cette nouvelle norme deviennent de plus en plus évidents aux yeux de tous, garantissant alors un développement rapide de cette pratique. Par la suite, on pourra assister à l'internalisation de la norme, acceptée de tous l'allaitement prolongé semblera alors « aller de soi » et ne ferra plus l'objet de débat public.(78)

C) L'allaitement prolongé, une pratique de santé

Fortes de leur expérience, ces femmes excusent leurs propres mères de n'avoir pas su faire face à un environnement peu favorable à l'allaitement maternel.(66) Pour elles, leurs mères ont été victimes du manque d'information et de la pression de leur entourage. Et c'est pour cette raison qu'elles ne leur pardonnent difficilement leur manque de soutien lorsqu'elles décident de poursuivre leur allaitement alors que celui-ci se passe bien(69). Pour autant, nous ne retrouvons pas dans notre corpus, l'idée développée dans la thèse de M. Laillet, que l'allaitement maternel prolongé s'inscrit souvent dans une pratique de résistance, de rupture au modèle familial(66). De même, nous n'avons que peu d'éléments faisant penser qu'il puisse s'agir d'une pratique de réparation. Ces différences de résultats doivent s'interpréter au travers de méthodes de recueil de données différentes. En effet, le travail de M. Laillet, basé sur des récits de vie, permettait une compréhension de l'inscription de la pratique de l'allaitement prolongé dans la trajectoire de vie des femmes alors que notre étude, basée sur des entretiens centrés sur l'allaitement, tente quant à elle d'approcher la compréhension de la logique de prolonger l'allaitement dans les choix de vie des femmes et le rapport à leur environnement social et médical.

Ainsi pour les femmes de notre échantillon, l'allaitement maternel semble avant tout être une pratique de santé. Au départ, c'est la recherche d'un «bien-être physique» qui motive les mères. En répondant à une norme biologique, elles s'assurent d'offrir à leur enfant le produit le plus qualitatif en termes de nutrition, d'immunité et également le plus sécure. Tout comme le confirme une grande étude canadienne, les mères n'ont que rarement connaissance des bénéfices maternels de l'allaitement (69), en dehors de son aspect pratique.

Une équipe belge valide également l'idée que la connaissance des recommandations médicales favorise la prolongation de l'allaitement maternel.(81) Il est vrai que beaucoup de mères retiennent « 6 mois » dans l'idée de respecter les recommandations médicales auxquelles elles ont pu avoir accès.(61) Pour autant, très peu ont connaissance de la recommandation de l'OMS dans son ensemble(24), et seule une mère a pu nous l'opposer pour justifier sa démarche. Cela illustre l'idée que malgré l'intérêt que les femmes manifestent pour l'allaitement, elles tirent leurs connaissances de sources de vulgarisation médicale faciles d'accès, aux bases souvent fragiles comme cela a pu être mis en évidence dans la thèse de E. Kubanek.(61) Pour exemple, l'exclusivité de l'allaitement maternel est rarement effective à 6 mois avec une diversification alimentaire pouvant être bien plus précoce comme cela a pu être décrit au Canada.(69)

Si avec l'avancement de l'allaitement, l'argument santé «physique» de l'enfant s'estompe progressivement, le choix de l'allaitement maternel semble être le point de départ ou l'une des étapes d'une démarche plus globale de santé. Les travaux de M. Laillet(66) et de A. Lancien (22) font mention du respect de l'environnement ; on retrouve ici également le choix d'une alimentation saine, la limitation des substances toxiques (tabac, alcool, médicament), l'interrogation autour de la contraception hormonale, l'importance de la pratique du sport qui ont pour but de pérenniser la santé de l'enfant et de lui offrir un milieu de vie le plus sain possible.

En choisissant de prolonger leur allaitement, ces femmes décrivent également leur intention de veiller à la santé «psychologique» de leur enfant. Centré sur l'enfant, l'allaitement maternel s'intègre souvent dans une démarche de maternage proximal comme cela a pu être également décrit par M. Laillet(66) et A. Lancien.(22) D'autres études confirment également

que la conservation du lien mère-enfant est souvent le principal moteur de la poursuite de l'allaitement maternel. (61)(80)(82)
Mais il est vrai que les témoignages mettent en lumière le rôle de l'allaitement dans le «bien-être mental» de la mère et confirme que la valorisation narcissique apparait comme déterminante dans la poursuite de l'allaitement maternel.(66)
Plus surprenant, les mères plébiscitent l'allaitement maternel comme vecteur du bien-être physique et mental du père. Ainsi ce dernier ne serait pas contraint de se lever la nuit ou de subir les pleurs de la même manière qu'avec un enfant nourri au biberon. Si ce dernier thème n'a pas été développé dans les travaux dont nous avons pris connaissance, il apparait un axe intéressant pour une recherche complémentaire autour de l'acceptation des pères de ces allaitements qui se prolongent.

A l'approche de son objectif initial, comme cela est décrit dans différents travaux, une mère peut alors être amenée à repousser l'âge du sevrage et modifier ainsi son projet au fil du temps voyant que l'allaitement se passe bien pour elle et que l'enfant ne désire pas arrêter. (22)(61)(62)(66)(83) Cela est d'autant plus vrai au fil des naissances, avec l'augmentation de l'âge du sevrage chez les enfants les plus jeunes comme on a pu le décrire dans d'autres travaux.(22)(84) Une étude australienne révèle que 87% des mères n'avait pas prévu d'allaiter si longtemps et ressentaient initialement du dégoût face à cette pratique.(82) Cette idée résonne avec les témoignages que nous avons recueillis. Parmi ces femmes, beaucoup d'entre elles nous ont fait part de leurs réticences face à l'allaitement d'un grand enfant ou bien au co-allaitement avant d'être elles-mêmes confrontées à ces choix. Par la suite, en s'informant ou en découvrant des modèles d'allaitement prolongé, elles ont envisagé progressivement de poursuivre leur allaitement.

D) L'allaitement maternel prolongé, une pratique cachée y compris des professionnels de santé.

Les mères reconnaissent la place des associations pro-allaitements dans la promotion de l'allaitement maternel prolongé. Si elles y cherchent souvent le soutien nécessaire pour poursuivre leur allaitement(82), elles s'en éloignent aussi parfois dans un deuxième temps, trouvant leurs positions trop «extrémistes». (55)(66) Les femmes que nous avons rencontrées ne semblent plus appartenir à la génération des pionnières qui militaient pour le droit à l'allaitement. Elles ont néanmoins à cœur de transmettre leur savoir et d'aider des femmes qui sont à l'écoute de leur témoignage. Ainsi, il n'y a aucun prosélytisme dans leur démarche de conseillères comme elles n'ont aucun jugement envers les femmes qui préfèrent donner le biberon à leur enfant. Elles désirent simplement en retour, de ne pas être elles-mêmes jugées. Lorsque ces femmes ne sont pas assurées de l'acceptation de leur pratique par leur interlocuteur, elles préfèrent alors, garder pour elles, qu'elles allaitent encore comme cela a été mis en avant dans un travail français récent.(65)
Nous avons vu que plus l'enfant grandit plus les mères sont confrontées aux critique de leur entourage.(85) En France, nombre d'entre elles se disent gênées d'allaiter à l'extérieur du cadre familial ou amical (30% à 9 mois contre 37% à 12 mois) comme elles peuvent être mal à l'aise d'allaiter même en famille (10% à 9 mois contre 12% à 12 mois). De ce fait certaines femmes n'allaitent que dans le cadre privé. (65)

K.A. Dettwyler confirme cette attitude en écrivant qu'*«allaiter un bambin aux Etats-Unis est bien plus commun qu'on ne le pense. De nombreuses femmes allaitent leur enfant pendant 2, 3, 4 ans, ou parfois plus, mais vous ne le voyez ni n'en entendez parler».* Cette américaine explique que la plupart des mamans préfèrent dire qu'elles ont sevré l'enfant plutôt que de se perdre en justifications de leur attitude.(1) On retrouve ainsi l'une des principales idée de notre étude : conscientes de n'être pas seules et convaincues de la légitimité de leur démarche, beaucoup de femmes ne souhaitent pas combattre les préjugés de leur entourage.(48)(63) Il découle de cette position une pratique cachée ou «closet nursing»(1) qui a pour but de se soustraire au jugement d'une société qui offre peu de soutien et qui risque de contrarier ces allaitements maternels prolongés.

«Beaucoup de mamans allaitantes mentent simplement à leurs docteurs […] contribuant ainsi à l'impression chez les professionnels de santé, qu'allaiter un grand enfant est rare et un comportement inhabituel ».(1) Comme nous avons pu le voir cette attitude, partagée par certaines femmes que nous avons rencontrées, concourt au fait que l'allaitement prolongé reste clandestin en France. Si cette discrétion peut être jugée dommageable du point de vue de la promotion et de la transmission de l'allaitement maternel, la défiance vis-à-vis des professionnels de santé, qu'elle laisse entrevoir, est une problématique individuelle bien plus inquiétante. Il semble ainsi que la relation de soins ne soit pas toujours un lieu de liberté de parole et ce malgré le secret médical et l'empathie que nous tentons de mettre en place.

Il apparait qu'un simple manque de neutralité ou d'asepsie du langage par le médecin peut être à l'origine de ces situations. Ainsi la question du « *nombre de tétées* » peut être interprétée par une mère comme la condamnation de l'allaitement à la demande par son médecin alors que ce dernier tentait maladroitement de s'intéresser à la conduite de l'allaitement maternel.

Dans notre étude, certaines mères nous ont dit avoir recours préférentiellement aux associations pro-allaitement plutôt qu'aux professionnels de santé, ce qui n'est pas toujours vérifié dans d'autres études.(48)(62) Si cette situation peut être la conséquence d'un manque de disponibilité des professionnels de santé, il a été décrit qu'elle résulte également de la mise en doute de leurs compétences par des mères qui cherchent à se prémunir de leurs conseils.(72)

En 2001, une enquête américaine mettait en lumière la faible connaissance des recommandations de l'OMS par les pédiatres. Parmi ceux les plus au fait, moins d'un quart encourageait l'allaitement après 2 ans et la plupart pensaient que le sevrage doit être une décision maternelle. Il semble, quelque soit le niveau de formation que de nombreux médecins laissent leurs préjugés personnels ou culturels interférer dans leur pratique autour de l'allaitement maternel prolongé.(86)

Une étude quantitative française confirme que les mères sont très critiques quant à l'expression d'un jugement personnel par un professionnel de santé. Les multiples réflexions inopportunes et désobligeantes ont pour conséquence d'altérer la confiance de ces mères dans les professionnels de santé. Passé une certaine durée, elles seraient près de 63% à être réticentes à parler avec eux de leur allaitement. L'observance thérapeutique n'est pas non plus au rendez-vous. Les prescriptions sont volontiers remises en question selon ce qu'en disent les associations de mères et internet. Cela débouchant parfois à un renoncement au traitement. (65)

E) Promotion de l'allaitement maternel prolongé : encore du chemin à parcourir

Si les mères se plaignent du manque de visibilité de l'allaitement prolongé, il s'avère que l'allaitement maternel en général souffre encore d'un manque d'exposition et ce malgré les recommandations du PNNS.(40)
Nous manquons en effet de mise en image positive de l'allaitement ; la littérature infantile(12), les revues de puériculture(87), les fictions télévisuelles ou cinématographiques mettent encore bien souvent le biberon sur le devant de la scène.
De même, l'application du *code international de commercialisation des substituts du lait maternel* de l'OMS, signé en 1981, reste toujours partielle.(15) En France, seules les publicités pour le lait premier âge sont aujourd'hui interdites. En contrepartie, les firmes sont tenues de mettre en avant la supériorité du lait maternel sur le lait artificiel. Cette législation fait donc des laboratoires, les acteurs les plus médiatiques de la promotion de l'allaitement maternel en France. Sans renier l'impact positif de leurs campagnes, ces publicités ont tout de même pour but de vendre du lait 2^{e} âge dès que cela est possible, à savoir dès 6 mois. Pour exemple, le slogan publicitaire du lait Gallia 2^{e} âge : *« Dès 6 mois, après le votre, probablement le meilleur lait ».*(88) Faut-il comprendre que le lait artificiel est « après » le lait maternel en terme de qualité ou bien « après » dans le sens que « dès 6 mois » l'enfant doit être sevré ?
Ainsi nous sommes toujours bercés par l'image qu'il est plus « normal » de donner un biberon à partir de cet âge que de poursuivre l'allaitement maternel.

Si les mères ne voient généralement que des avantages dans l'allaitement maternel prolongé pour leurs enfants, l'opinion générale en doute et nombre de professionnels médicaux ne sont pas soutenants.(45) Certaines voix s'élèvent même contre cette pratique. Citons pour exemple, le pédopsychiatre M. Rufo qui profite de son aura médiatique pour expliquer qu'allaiter « *au delà de 3 mois, c'est trop »*, que *«passé 7 mois, cela équivaut à un abus sexuel »* (89) et que lorsqu'il voit une mère qui allaite toujours son enfant de 4 ans, il fait immédiatement un signalement au juge. (90) Si de telles prises de position ne peuvent que renforcer le désir des mères de maintenir leur allaitement caché, force est de constater qu'il existe peu d'articles dans la littérature médicale qui contestent ainsi cette pratique (en dehors des contre-indications de l'allaitement qui restent exceptionnelles(91)).
Du point de vu des psychologues, l'allaitement maternel prolongé est parfois présenté comme pouvant être «*potentiellement lourd de conséquences négatives pour le développement psychologique de l'enfant* ». Au-delà de 24 mois, il majorerait, dans notre contexte socioculturel, « *la dépendance réciproque mère-enfant en générant un lien d'attachement fort qui laisse place à l'insécurité dès le lâcher du corps à corps »*. Il pourrait alors perturber les processus de séparation-individualisation et d'autonomisation de l'enfant décrits entre autre par F. Dolto.(92) Si cette théorie peut nous éclairer sur les troubles du sommeil fréquemment décrits par les mères, ces mêmes auteurs précisent également que cette pratique ne mène pas nécessairement à une telle issue. Des textes plus récents précisent même que les avantages à court terme et l'absence d'associations négatives font de l'allaitement maternel un bon outil pour un développement psychosocial sain chez le jeune enfant.(93)
Du point de vue des dentistes, on notera tout de même une mise en garde vis-à-vis de l'allaitement à la demande après l'âge de 6 mois dans les pays industrialisés. En effet, la prise

conjointe d'aliment à haute teneur en hydrates de carbone augmente, dans une plus grande proportion, le risque cariogène du lait maternel par rapport au lait de vache. Ces écrits ne remettent aucunement l'allaitement maternel prolongé en question d'autant plus qu'il permet un développement optimal du massif facial, permet un placement correct des dents et prévient les malocclusions. L'allaitement à la demande requiert simplement une vigilance accrue vis-à-vis de l'hygiène dentaire car il peut être assimilé à du grignotage. (94)

Conclusion

Si l'allaitement prolongé est traité de façon anecdotique dans les médias comme dans les ouvrages médicaux, de nombreux indices nous laissent penser qu'il s'agit d'une pratique bien moins marginale qu'il n'y parait en France. Aujourd'hui chaque professionnel de santé est à même de rencontrer ces femmes qui allaitent au-delà de la norme sociale. De plus, notre exercice nous a permis de découvrir que les femmes d'origine étrangère et les militantes écologistes aux couches lavables sont loin d'être les seuls à faire ce choix.

Cette étude est née de l'idée que l'allaitement maternel prolongé reste méconnu, y compris des professionnels de santé, du fait que ces mères préfèrent garder pour elles qu'elles allaitent encore, plutôt que d'affronter une société qui garde de nombreux préjugés sur cette pratique.

Ce travail de médecine générale a cherché à mieux comprendre la démarche de ces femmes, la place qu'elle a parmi leurs pratiques de santé ainsi que le rôle qu'elle joue dans leurs relations avec les professionnels de santé.

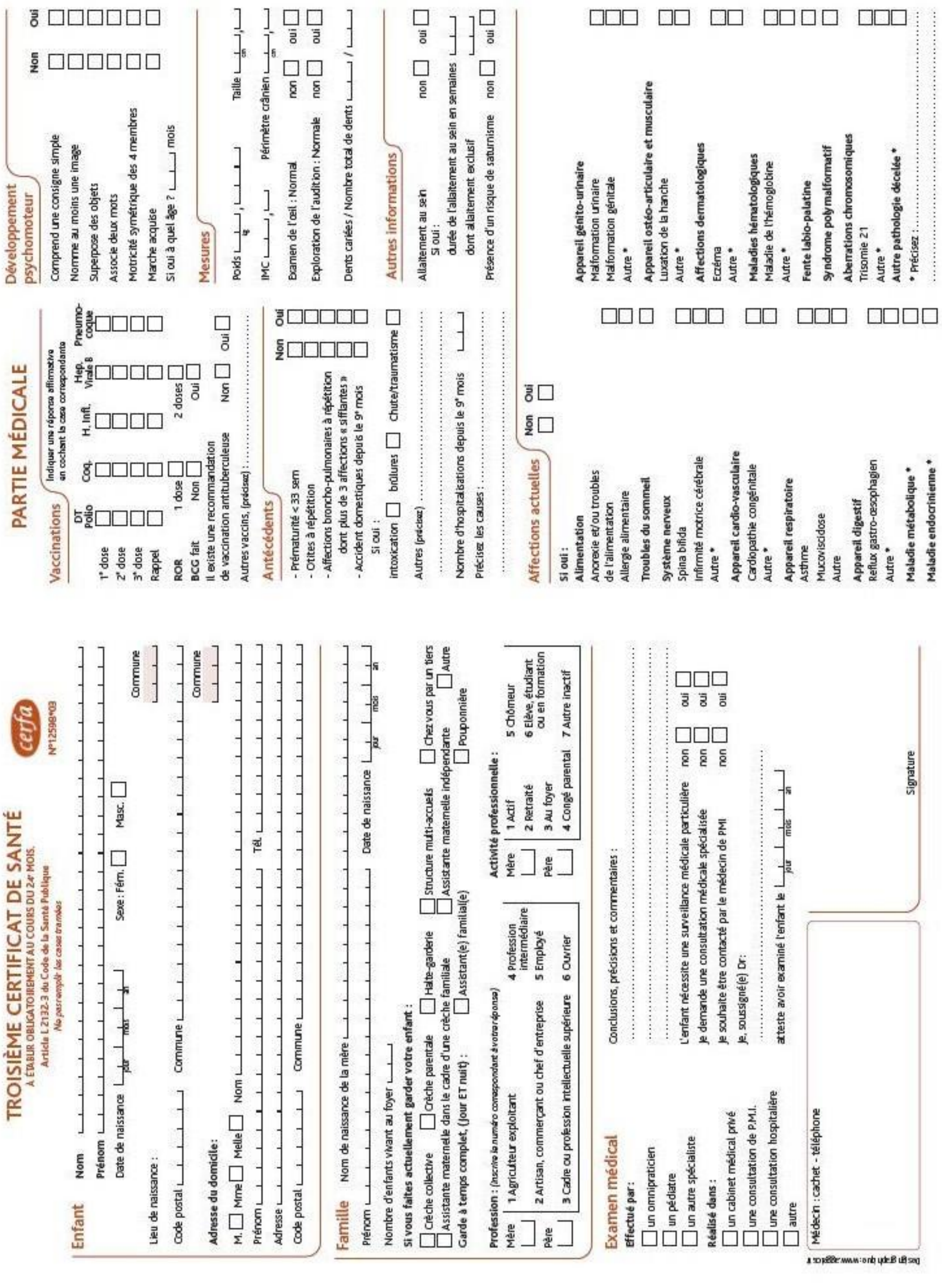
Souvent sensibilisées depuis leur jeunesse à l'allaitement, ces femmes ont souhaité essayer d'allaiter leur enfant avec l'idée que cela serait bénéfique pour sa santé. Soutien, informations et conseils leur ont permis de retrouver les gestes et la spontanéité nécessaires pour éviter un sevrage précoce. L'allaitement s'inscrit alors au sein d'un maternage proximal. Si la connaissance de recommandations médicales et la découverte de modèle d'allaitement prolongé sont essentielles dans leur démarche, l'allaitement se prolonge car les mères y voient une pratique concourant au bien-être physique et mental de l'ensemble de leur famille.

L'allaitement maternel prolongé s'intègre ainsi dans une démarche de santé au sens large même si le bien-être social est remis en question par l'incompréhension actuelle de notre société. Ces mères souhaitent être libres de poursuivre leur allaitement tant qu'elles le désirent, mais il n'y a aucun prosélytisme dans leur démarche. Elles s'éloignent alors des mouvements militants allant parfois jusqu'à préférer garder privé leur allaitement afin de pouvoir le poursuivre sereinement. Ce positionnement ne les empêche pas pour autant de venir en aide aux femmes qui entament un cheminement similaire.

Vis-à-vis des professionnels de santé, l'idée de se prémunir d'un manque de connaissance et de jugements personnels prévaut également. Les associations pro-allaitement peuvent ainsi être préférées en premier recours tout comme les femmes peuvent aller jusqu'à dissimuler leur allaitement auprès des professionnels de santé si elles ne perçoivent pas d'attitude empathique de leur part. Le risque principal de cette démarche reste bien la non prise en compte de l'allaitement par le prescripteur qui au fil des mois ne pense plus à questionner les mères sur leur allaitement. Néanmoins, ces femmes sont très bien informées sur les risques iatrogènes et n'hésitent pas à remettre en question les prescriptions car ces mères privilégient avant tout leur allaitement.

Alors qu'une pratique recommandée aux niveaux international et national, comme l'allaitement maternel prolongé, pose la question de ce qui est médicalement dicible, on peut se demander ce qu'il en est de l'échange, dans le cadre de la relation de soin, autour d'autres pratiques s'écartant de la norme ou bien celles désapprouvées par le milieu médical.

Annexe 1 : 3e certificat de santé de l'enfant, imprimé cerfa n°12598


TROISIÈME CERTIFICAT DE SANTÉ
À ÉTABLIR OBLIGATOIREMENT AU COURS DU 24e MOIS.
Article L 2132-3 du Code de la Santé Publique
Ne pas remplir les cases tramées

cerfa
N°12598*03

Enfant
Nom
Prénom
Date de naissance (jour / mois / an) Sexe : Fém. ☐ Masc. ☐
Lieu de naissance : Commune
Code postal Commune
Adresse du domicile : Commune
M. ☐ Mme ☐ Melle ☐ Nom
Prénom Tél.
Adresse
Code postal Commune

Famille
Nom de naissance de la mère
Prénom Date de naissance (jour / mois / an)
Nombre d'enfants vivant au foyer
Si vous faites actuellement garder votre enfant :
☐ Crèche collective ☐ Crèche parentale ☐ Halte-garderie ☐ Structure multi-accueils ☐ Chez vous par un tiers
☐ Assistante maternelle dans le cadre d'une crèche familiale ☐ Assistante maternelle indépendante ☐ Autre
Garde à temps complet, (jour ET nuit) : ☐ Assistant(e) familial(e) ☐ Pouponnière

Profession : *(inscrire le numéro correspondant à votre réponse)*
Mère / Père
1 Agriculteur exploitant
2 Artisan, commerçant ou chef d'entreprise
3 Cadre ou profession intellectuelle supérieure
4 Profession intermédiaire
5 Employé
6 Ouvrier

Activité professionnelle :
Mère / Père
1 Actif
2 Retraité
3 Au foyer
4 Congé parental
5 Chômeur
6 Elève, étudiant ou en formation
7 Autre inactif

Examen médical
Effectué par :
☐ un omnipraticien
☐ un pédiatre
☐ un autre spécialiste
Réalisé dans :
☐ un cabinet médical privé
☐ une consultation de P.M.I.
☐ une consultation hospitalière
☐ autre

Conclusions, précisions et commentaires :
L'enfant nécessite une surveillance médicale particulière non ☐ oui ☐
Je demande une consultation médicale spécialisée non ☐ oui ☐
Je souhaite être contacté par le médecin de PMI non ☐ oui ☐
Je, soussigné(e) Dr :
atteste avoir examiné l'enfant le (jour / mois / an)

Médecin : cachet - téléphone
Signature

Design graphique : www.aggelos.fr

PARTIE MÉDICALE

Vaccinations
Indiquer une réponse affirmative en cochant la case correspondante

	DT Polio	Coq.	H. Infl.	Hep. Virale B	Pneumo-coque
1re dose	☐	☐	☐	☐	☐
2e dose	☐	☐	☐	☐	☐
3e dose	☐	☐	☐	☐	☐
Rappel	☐	☐	☐	☐	☐

ROR 1 dose ☐ 2 doses ☐
BCG fait Non ☐ Oui ☐
Il existe une recommandation de vaccination antituberculeuse Non ☐ Oui ☐
Autres vaccins, (précisez) :

Antécédents (Non / Oui)
- Prématurité < 33 sem ☐ ☐
- Otites à répétition ☐ ☐
- Affections broncho-pulmonaires à répétition dont plus de 3 affections « sifflantes » ☐ ☐
- Accident domestiques depuis le 9e mois ☐ ☐
Si oui :
intoxication ☐ brûlures ☐ Chute/traumatisme ☐
Autres (précisez)
Nombre d'hospitalisations depuis le 9e mois
Précisez les causes :

Développement psychomoteur (Non / Oui)
Comprend une consigne simple ☐ ☐
Nomme au moins une image ☐ ☐
Superpose des objets ☐ ☐
Associe deux mots ☐ ☐
Motricité symétrique des 4 membres ☐ ☐
Marche acquise ☐ ☐
Si oui à quel âge ? mois

Mesures
Poids (kg) Taille (cm)
IMC Périmètre crânien (cm)
Examen de l'œil : Normal non ☐ oui ☐
Exploration de l'audition : Normale non ☐ oui ☐
Dents cariées / Nombre total de dents /

Autres informations
Allaitement au sein non ☐ oui ☐
Si oui :
durée de l'allaitement au sein en semaines
dont allaitement exclusif
Présence d'un risque de saturnisme non ☐ oui ☐

Affections actuelles Non ☐ Oui ☐
Si oui :
Alimentation
Anorexie et/ou troubles de l'alimentation ☐
Allergie alimentaire ☐
Troubles du sommeil ☐
Système nerveux
Spina bifida ☐
Infirmité motrice cérébrale ☐
Autre * ☐
Appareil cardio-vasculaire
Cardiopathie congénitale ☐
Autre * ☐
Appareil respiratoire
Asthme ☐
Mucoviscidose ☐
Autre ☐
Appareil digestif
Reflux gastro-œsophagien ☐
Autre * ☐
Maladie métabolique * ☐
Maladie endocrinienne * ☐
Appareil génito-urinaire
Malformation urinaire ☐
Malformation génitale ☐
Autre * ☐
Appareil ostéo-articulaire et musculaire
Luxation de la hanche ☐
Autre * ☐
Affections dermatologiques
Eczéma ☐
Autre * ☐
Maladies hématologiques
Maladie de l'hémoglobine ☐
Autre * ☐
Fente labio-palatine ☐
Syndrome polymalformatif ☐
Aberrations chromosomiques
Trisomie 21 ☐
Autre * ☐
Autre pathologie décelée * ☐
* Précisez :

Annexe 2 : Guide d'entretien

Présentation :
Dans le cadre de ma thèse pour devenir médecin généraliste, je travaille sur le thème de l'allaitement prolongé. Je cherche à recueillir le témoignage de mamans qui ont allaitées, au moins un an, un ou plusieurs de leurs enfants. L'idée est simplement de vous laisser la parole sachant que j'enregistrerai notre échange pour en faire une retranscription fidèle tout en la rendant anonyme.

Consigne de départ :
Alors, pour commencer pouvez-vous me parler de votre ou vos allaitement(s) ?

Thèmes à aborder et questions de relance si nécessaire :

→ <u>Pratique de l'allaitement au delà de 1 an</u>

- Comment font-elles ?
- Les difficultés rencontrées
- Les améliorations possibles

  - *Allaitement et travail ?*
  - *Allaitement en publique ? Militantisme ?*
  - *Position vis-à-vis des proches, de la société, des médias ?*

→ <u>Pratique de santé en général</u>

- Comment font-elles ?
- Les difficultés rencontrées
- Les améliorations possibles

  - *Tabac/alcool ?*
  - *automédication ?*
  - *Vaccination, contraception ?*

→ <u>Attitude face aux professionnels de santé</u>

- Comment font-elles ?
- Les difficultés rencontrées
- Les améliorations possibles

  - *Recours aux soins ?*
  - *Allaitement médicalement disible ?*
  - *Prise de traitements ?*

En fin d'entretien, faire préciser :

Age de la mère :
Ages des enfants :
Durée des allaitements :
Situation maritale :
Lieu de vie :
Activité professionnel :

Annexe 3 : Transcription des entretiens

Entretien n° 1 : Mme A.

Contexte : Il s'agit de la sœur d'une amie proche d'où le tutoiement. Nous n'avions pas eu l'occasion de parler allaitement ensemble mais je savais, par sa sœur, qu'elle avait co-allaité ses enfants. Elle me reçoit chez elle au début septembre 2013. Voici la retranscription de notre entretien de 50 min.

Moi : Si tu veux bien, parlons un peu de l'allaitement et en particulier de l'allaitement qui se prolonge au-delà de 1 an.
Mme A. : Et bien ce n'était pas mon projet de départ. Au départ, j'ai eu un enfant et l'allaitement ça me paraît … normal. Mais autour de nous, on nous dit à 6 mois, quand tu retournes travailler, tu leur donnes à manger autre chose, du coup tu leur donnes des biberons. Et donc j'avais acheté des biberons… Et les biberons sont dans le placard depuis 5 ans et n'ont jamais servis. [Rires]. Non, mais on a commencé l'allaitement et ça a été un peu… chaotique quand même, … on découvre en fait. 6 mois… pourquoi j'arrête, on continue… mais bon quand elle va marcher, peut-être que je vais arrêter. Ah bah, tient elle marche ! On ne va pas arrêter du jour au lendemain, bon bah, on continue. Et puis après, j'étais enceinte, bon bah, on va voir, ça va peut-être s'arrêter tout seul. Ah bah non, en fait ça ne s'arrête pas, alors on continue encore. Et puis, ça s'arrête à 3ans ½ pour elle et le 2e tète toujours à 3 ans.
Moi : Et là, il vient de rentrer à l'école.
Mme A. : Ah oui, je m'étais dit ça, l'école ! On va peut-être arrêter en rentrant à l'école. Mais maintenant qu'il y est, je ne vais pas lui dire : maintenant t'es à l'école, t'arrête de téter. Donc on a continué. Pour ma première, c'était pareil et elle s'est arrêtée du jour au lendemain d'elle-même.
Moi : C'est elle qui a arrêté.
Mme A. : Oui, en fait on est parti en vacances et elle, elle ne tétait que le soir. Et là, le soir on allait à des apéros, du coup un soir elle n'a pas tété. Après le lendemain, elle a tété un peu. Et puis pas le surlendemain, tu vois. Et puis quand on est rentré à la maison, on a recommencé à reprendre le rythme et puis elle me dit : il n'y a plus de lait. En fait, ils avaient chacun un sein et son frère, lui, ça avait l'air de marcher ou bien c'est qu'elle ne savait plus bien téter comme elle était grande. Alors je lui ai dit : c'est peut-être que tu es trop grande et que je n'ai plus de lait pour toi. Du coup, le lendemain, elle a réessayé et il n'y avait plus de lait alors elle a dit qu'elle devait être trop grande et hop…
Moi : Et ton fils par contre…
Mme A. : bah, lui, il ne tète que le matin et il demande tous les matins et je lui demande s'il a du lait, il dit que oui. Et pour le moment, je ne sais pas, je pense que ça se fera tout seul, on verra…
Moi : Autour de toi, il y avait des femmes qui faisaient de l'allaitement prolongé ou non ?
Mme A. : Il y avait ma belle-sœur. Elle a allaité son premier jusqu'à l'âge de 1 an et le 2e jusqu'à 10 mois je crois, ou l'inverse. Et puis ma sœur a suivi mais je ne crois pas vraiment qu'il n'y ait eu d'autres personnes.
Moi : sinon des femmes qui allaitent simplement ?
Mme A. : Bah non en fait. Depuis j'en ai rencontré, et puis il y en a d'autres qui arrivent dernière. J'ai une amie qui vient d'avoir un bébé et à 2 mois, elle l'allaite toujours mais je ne sais pas si elle va continuer. Elle a l'intention de continuer mais elle va passer en mixte car elle va reprendre à travailler.
Moi : Et toi, tu penses que si tu avais repris à travailler…
Mme A. : Bah, c'est sûr que quand tu es à la maison, c'est plus facile de te consacrer à ça. Après, je pense que j'aurais essayé de continuer quand même, à voir comment ça se gère, mais c'est sûr que ce n'est pas la même chose à 2 mois et à 6 mois. Avec ma fille, j'ai repris à travailler quand elle avait 9 mois, donc elle était déjà diversifiée et du coup on continuait l'allaitement quand j'étais là. Et en crèche, elle n'avait pas de biberon, elle avait des yaourts. Du coup là, ça c'est passé sans se poser de

questions. Ça se passe bien donc on continue comme ça… Mais c'est un peu comme tout ce qui concerne les enfants. T'apprends au fur et à mesure. Je sais qu'il y en a qui se posent plein plein de questions, mais là, ça coule de source ! Ça dépend des gens…
Moi : Oui, et de ce que l'on a vu avant.
Mme A. : Bah là, ce n'est pas spécialement des choses que j'ai vu avant. J'ai beaucoup lu sur la pédagogie, Montessori des choses comme ça. Et là, j'ai découvert que c'était déjà ce que je faisais chez moi, en fait c'est comme l'allaitement ça me parait logique.
Moi : Pour toi, il y a un âge où, pour l'allaitement, les choses changent ?
Mme A. : Oui, parce qu'au fur et à mesure ils tètent moins souvent. Et c'est vrai qu'avec ma fille j'étais enceinte quand elle avait 1 an, on est vite passé à 2 tétées. Déjà avec la crèche, c'était 2-3 par jour. Petit à petit, le rythme c'est fait tout seul et puis au fur à mesure, elle a sauté la tétée du matin car elle était beaucoup plus pressée de se lever avec son père que de rester avec moi dans le lit. Et puis pendant la grossesse, il y a un moment où j'avais moins de lait aussi. Donc matin et soir, ça se passait chez nous sauf quelques soirs où ça m'est arrivé d'allaiter à l'extérieur. Je sais que moi, je n'ai jamais eu de souci pour le faire et les autres… on me disait parfois « ah tu allaites encore ?! » mais sans méchanceté. Pour mon fils, il est passé assez vite, enfin vite c'est très relatif [rires], à 2 tétées aussi, donc pour l'essentiel à la maison. Ponctuellement chez des gens quand on était invité.
Moi : Des gens avec qui tu en parlais librement ?
Mme A. : Bah, je me suis jamais cachée mais je n'ai jamais crié sur les toits : « j'allaite encore » et il a 3 ans. Mais même mon mari, il est à l'aise avec l'idée. Quand on est allé voir les amis qui ont eu le bébé, il a glissé dans la conversation que j'allaitais encore et en face ils n'ont pas plus réagi que ça, ni en positif ni en négatif. Lui, allaiter un enfant de 3 ans, ça ne lui pose pas de souci même d'en parler à des amis.
Moi : Au début c'était différent ?
Mme A. : Non, on en a parlé au début mais pour lui aussi, c'est venu tout seul, il ne s'est pas posé de questions. Il avait sa sœur aussi qui avait déjà commencé.
Moi : Avec la famille aussi c'est facile d'en parler ?
Mme A. : Bah maman au début, elle trouvait ça … bizarre, enfin elle, elle nous avait allaité pas longtemps, enfin, elle avait subi aussi beaucoup de pressions pour arrêter : ce n'est pas assez nourrissant, tu n'as plus de lait, blablabla… et du coup, quand elle a vu qu'on allaitait longtemps ma sœur et moi, elle ne savait pas trop et maintenant elle non plus ne se pose plus de questions. Elle regrettait peut-être aussi de ne pas avoir eu la force de se dire « si j'ai envie d'allaiter, je continue ». De l'autre côté, ma belle-mère n'a jamais rien dit, mais sa fille allaitait déjà, alors elle avait peut-être déjà ouvert la voie. Mon beau-père au début, il ne disait rien de spécial, mais une fois, il m'a fait une réflexion quand j'allaitais les 2 chez lui. J'étais au calme sur le canapé dans la pénombre, le soir et les 2 étaient au sein, ça lui a fait peut-être un peu bizarre mais en suivant mon neveu, il est arrivé en allumant la lumière et il a dit : heureusement qu'elle en a que 2, sinon je ne sais pas où elle mettrait le 3^{e}… je ne l'ai pas bien pris mais je n'ai rien dit, et par la suite il a dit, à table, que c'était bien d'allaiter longtemps, car c'est ce qu'il y a de meilleur. Après, ma belle-sœur, elle était étonnée que je continue plus longtemps qu'elle. Peut-être qu'elle aussi aurait aimé allaiter plus longtemps car je sais que le sevrage de son 2^{e} elle l'a mal vécu. Elle a dû partir une semaine en formation et elle a dit qu'il fallait qu'elle le sèvre car là, ce n'était plus possible. En plus, elle a bien galéré car elle est kiné, et elle a repris à bosser à 2 mois. Elle a tiré son lait jusqu'à 1 an alors elle aurait peut-être pu retenter après 1 semaine. Alors est-ce qu'elle a un blocage par rapport à ça en fait ? Je pense qu'elle aurait aimé continuer, enfin c'est déjà un beau parcours mais pourquoi arrêter à 1 an alors que ça se passe bien et qu'à 1 an il tète beaucoup moins ?
Moi : OK, et est-ce que tu as vu dans les média des choses qui t'ont fait réagir sur l'allaitement ?
Mme A. : Bah c'est vrai que quand tu as un bébé, c'est biberon, parc, poussette… et au début tu ne sais pas alors tu te dis que c'est comme ça. Et puis à force de lire sur les forums, tu te rends compte que le parc c'est pourri, que la poussette c'est pratique mais que l'écharpe c'est mieux… t'as vraiment un stéréotype : tu allaites jusqu'à 2 mois après tu reprends à bosser. Limite 2 mois c'est

presque pas assez mais 6 mois c'est trop ! Donc faut se caler entre les 2. [Rires]… Je fais abstraction de tous ces trucs-là, serrés, obtus…
Moi : Et dans la société, l'allaitement comment est-ce perçu ?
Mme A. : J'ai l'impression que c'est bien perçu et de plus en plus quand même, ou alors c'est mon entourage qui est comme ça. Mais les mamans, elles ne crient quand même pas sur les toits : j'allaite un enfant enfin plutôt qu'un bébé.
Moi : Il y a une vraie différence entre allaiter un nourrisson et allaiter un bambin ?
Mme A. : oui c'est ça. Mais j'ai été à des réunions de la leche league, j'ai vu que des dames allaitaient longtemps.
Moi : Ah la leche league, alors un peu militante ?
Mme A. : J'y suis allé une fois, je n'ai pas spécialement apprécié l'animatrice… un peu trop sectaire, un peu trop obtuse mais dans l'autre sens [rires]. Du coup, ça ne m'a pas convenu non plus. Après chacun fait son propre choix, tu peux allaiter longtemps, allaiter en mixte ou pas longtemps si t'as pas envie, ou pas allaiter du tout. Voila j'y suis allée une seule fois, mais du coup je sais que je suis loin d'être seule.
Moi : tu n'étais pas seule…
Mme A. : Oui c'est important de se dire que ça existe, mais que c'est caché mais que ça existe…
Moi : c'est caché ?
Mme A : Il y en a plein mais c'est dommage d'être obligées de se cacher.
Moi : obligées pourquoi ?
Mme A : Bah obligées… euh c'est par rapport aux médecins. Parce que les médecins ne sont pas formés du tout. Enfin les médecins ou le corps médical en général ; la plupart ne sont pas au courant ou ne savent pas comment ça fonctionne.
Moi : Tu penses à une situation qui t'es arrivés ?
Mme A. : oui avec une gynéco… en fait pour ma première grossesse, j'ai été suivi par une gynéco que je n'ai pas du tout appréciée et puis avec la naissance en siège c'était compliqué. Voilà pour le suivant j'ai dit non, là je veux une sage-femme, les médecins le moins possible. Et puis après mon 2e, j'ai eu besoin de reprendre la pilule, j'ai été obligé d'aller revoir une gynéco. Comme je n'en avais pas d'attitrée, j'ai pris l'annuaire et j'ai recherché un nom sympa. Bah je n'ai pas été déçue du voyage. En fait, j'avais choisi un nom qui fasse jeune, la nouvelle génération quoi. Donc quand je lui dis que c'est pour allaitement elle demande tout de suite quel âge à mon enfant et donc je lui réponds 3 ans et 1 an ½. Là elle me dit : vous allaitez les 2 ? Mais vous avez encore du lait ? Mais de toutes façon, ils vont bientôt se sevrer, je vous mets la pilule pour 6 mois, de toute façon d'ici là ils seront sevrés. J'ai insisté en disant que dans 6 mois il ne serait peut-être pas sevré, mais elle n'a pas voulu prolonger. Et puis pendant l'examen, déjà quand je lui ai dit que ça faisait un peu mal, elle a dit « non non ça fait pas mal »… OK… puis après palpation des seins, elle presse le téton et elle me dit « ban vous n'avez pas de lait ! ». Donc j'ai dit merci pour l'ordonnance et à jamais. Après je suis allée voir la sage-femme de ma sœur même si ce n'est pas la porte à côté, mais au moins de celle-ci, je suis sûre.
Moi : du coup en contraception, tu prends quoi ?
Mme A. : Cérazette toujours, ça m'embête de prendre des hormones mais on a parlé stérilet mais je ne suis pas spécialement convaincue non plus. La pilule ça roule, pas de règles, faut y penser tous les soirs mais ça va, sauf que je ne sais pas si les hormones c'est bien ou pas.
Moi : Au niveau santé, il y a des choses comme ça qui t'inquiètent plus que d'autres ?
Mme A. : Personnellement, je ne vais que très rarement chez le médecin. La dernière fois, c'était pour mon agrément d'assistante maternelle. Et mon médecin m'a dit que ça faisait 2 ans qu'il ne m'avait pas vu.[rires] Les seuls médicaments que je prends c'est Ventoline et encore c'est quand je vais chez ma sœur avec son chat, et puis ibuprofène et paracétamol si j'ai mal au dos. Les enfants c'est pareil, ils ne sont jamais malades, ils ont de l'homéopathie ou du doliprane quand il y en a besoin mais c'est tout…
Moi : là quand tu as vu ton médecin, l'allaitement n'est pas venu sur le tapis ?
Mme A : … non, on n'en a pas parlé…
Moi : C'est le médecin qui suit les enfants ?

Mme A. : Non, c'est mon médecin à moi, j'ai trouvé quelqu'un qui me convenait alors je le garde. Et les enfants sont suivis par une amie médecin qui est pas loin et puis je la connais alors c'est plus facile.
Moi : plus facile de parler allaitement ?
Mme A. : oui aussi [rires] je ne sais plus si mon médecin est au courant, comme je ne vais pas le voir souvent, enfin ça ne m'aurait pas gêné de lui en parler. Je ne sais pas quelle vision il en a, mais il a l'air assez ouvert. Mais c'est vrai qu'on n'en a jamais parlé, lui je vais le voir pour le sport, un vaccin.
Moi : tu n'a jamais du consulter en urgence en te disant qu'il fallait le dire en cas de prescription de médicament ?
Mme A. : Non, je n'ai jamais eu ce cas de figure mais si ça devait arriver, je le dirais ou je regarderais avant sur internet si c'est préconisé ou non avec l'allaitement.
Moi : Un peu d'automédication ?
Mme A. : Pas forcement mais c'est vrai que pour l'ibuprofène j'avais regardé. Mais c'est vrai que je n'ai pas eu le souvenir de devoir le dire mais s'il me donne un médicament, je lui demanderai si c'est compatible avec l'allaitement et s'il me dit je ne sais pas, je lui dirais de regarder sur le CRAT s'il vous plaît. Ou moi, j'irais revoir après, vaut mieux vérifier.
Moi : Par rapport aux professionnels de santé, est-ce qu'il y a des choses que tu aimerais changer ?
Mme A. : Oui, j'aimerais qu'ils soient mieux au courant de comment ça se passe, surtout en maternité. Par les forums, les réseaux sociaux, je vois beaucoup de mamans qui viennent d'avoir un bébé et qui disent l'allaitement je n'y arrive pas, ça se passe pas bien, le personnel médical me pousse à donner des biberons parce qu'il perd beaucoup de poids, ou alors ils mettent bébé à la nurserie pour que je puisse me reposer mais du coup il n'y a pas de montée de lait… Il y en a qui sont formés ou sensibilisés, mais il y en a beaucoup qui ne le sont pas.
Moi : OK ça c'est l'initiation de l'allaitement, et pour la poursuite de l'allaitement ?
Mme A. : Bah, arrêter d'être obtus et que, au bout de 6 mois, il faut arrêter parce que… parce qu'il va rester coller à sa mère toute sa vie, c'est mauvais pour lui, faut qu'il prenne du lait de vache absolument… Dans les tribus, ils les allaitent jusqu'à 5 ans et ils se portent très très bien. Ils sont indépendants par la suite. Mais je pense que ça va encore être long à instaurer tout ça et que les vieux médecins ne changeront pas, on évite de se remettre en cause. Nous, les médecins, on est les meilleurs et faut pas que ça change. [Rires]
Moi : Es-tu au courant à savoir comment ça se passe dans d'autre pays ?
Mme A : Je sais que dans les pays nordiques, l'allaitement est beaucoup plus long. Mais déjà ils ont un congé maternité ou parental beaucoup plus long, ça facilite l'allaitement aussi, faut pas se le nier ça joue. Je pense qu'en France, on n'est pas dans les meilleurs, voire dans les pires. Je me souviens à d'une réunion à la maternité juste avant de partir, on était 50% à allaiter à la maternité et que ça descendait tout de suite à 20% à 15 jours… quand tu vois qu'il y en a plein qui arrêtent au bout de 15j ou à 1 mois lors des pics de croissance, voilà les gens ne le savent pas non plus. Il y en a qui sont encore très allaitement à heure fixe et du coup quand le bébé demande beaucoup, elles se disent bah je n'ai plus de lait, mon lait n'est pas assez nourrissant.
Moi : c'est un peu vieillot comme conception de l'allaitement tout ça !
Mme A. : Oui surtout qu'avant, elles devaient bien allaiter, enfin avant les biberons tout ça… sinon les enfants mourraient. Qui a pondu cette idée merveilleuse qu'il fallait arrêter d'allaiter et donner des biberons ? Il me semble que j'avais lu un article sur les débuts des biberons et l'hygiène un peu douteuse de certains et que les enfants attrapaient des maladies à causes des biberons.
Moi : oui avant la stérilisation, le lait et les biberons ont fait pas mal de mal. Bah tient en parlant de microbes, les vaccins ?
Mme A. : Alors les enfants sont vaccinés pour les trucs classiques, pentavax, ROR et j'ai fait la méningite. J'ai posé la question à la dame qui les suit et elle m'a dit qu'elle avait vacciné ses enfants car elle m'a expliqué que ça pouvait être très très dangereux. Mais je n'irais pas les vacciner contre la grippe ni pour moi. Moi j'ai un schéma classique. Je suis assez pour quand même, je me dis que c'est grâce à ça que l'on éradique certaines maladies, et que si elles reviennent, c'est qu'il y a des gens qui

ne le font pas et ça m'énerve… après tout ce qui est effets secondaires… je sais qu'il y en a mais je pense qu'il vaut mieux les vacciner.
Moi : OK, pendant l'allaitement : tabac, alcool ?
Mme A. : Tabac, je n'en avais pas déjà avant, alors ça n'a pas changé grand-chose. Alcool, j'ai arrêté pour les grossesses et là je rebois très occasionnellement sachant qu'il tête qu'une fois par jour le matin. Non, ça n'a pas été difficile alors que faire attention aux viandes crues, en encore pour la 2e grossesse, j'ai fait moins attention aux fromages au lait cru et puis peut-être des sushis alors que pour ma fille je ne l'avais pas fait.
Moi : … pour en revenir au sevrage, à part la gynéco, personne ne t'a trop incité à le faire ?
Mme A. : Bah non car je n'ai jamais eu trop de contact avec le milieu médical ou hospitalier. Pour mon 2e accouchement, j'ai demandé une sortie anticipée. Je suis restée 1 journée ½ car mon mari préférait que je reste au moins une nuit. Là-bas, le personnel s'est fait très discret et puis après, j'ai été suivie par ma sage-femme. Elle, elle avait l'air d'être pour, puisque pendant les cours de sophrologie j'avais mis ma première à téter pour qu'elle reste calme et personne n'a rien dit. Et puis la PMI est venue à la maison pour suivre le 2e, et quand elle a vu qu'il prenait 500g par semaine, elle m'a dit que je n'avais pas besoin d'elle.
Moi : pas de souci pour le 2e…
Mme : oui je me suis posée beaucoup moins de questions pour le 2e surtout que la montée de lait s'est fait beaucoup plus vite. C'est vrai que pour ma fille, son pédiatre m'avait quand même suggéré de lui donner des biberons en complément alors qu'elle ne prenait pas beaucoup de poids vers 4-6 mois. J'ai dû lui dire oui oui, et puis quand il m'a demandé combien de fois par jour je lui donnais à manger, je lui ai dit toutes les 4h.
Moi : alors que tu poursuivais l'allaitement à la demande ?
Mme A. : Oui, je lui ai un peu menti. Je lui ai dit ce qu'il voulait entendre. Et la fois d'après, je lui ai même dit qu'elle avait eu des biberons de complément… en fait il m'avait un peu stressé alors j'avais acheté une boite de lait. Elle a pris 2 gorgées et on n'a pas insisté. Elle était bien éveillé et puis elle grandissait quand même mais autour de nous, on nous disait ah bah, elle n'est pas bien grosse. Certains, enfin l'entourage un peu lointain, on dit mais t'es sûre pour l'allaitement… cause toujours.
Moi : Et le pédiatre ?
Mme A. : On a déménagé donc on n'est plus allé le voir. Mais en dehors de ça, il était super avec les enfants. Il avait juste un souci par rapport à l'alimentation.
Moi : Mais tu as peut-être eu des problèmes au début de l'allaitement ?
Mme A. : Ma fille au départ, elle avait du mal à téter d'un côté et du coup, j'ai eu une crevasse de l'autre côté, car du coup, elle ne tétait plus de ce côté-là. J'ai serré les dents à chaque tétée mais comme je voulais continuer… j'ai tenu. Et puis après, pendant ma grossesse, j'ai eu des ampoules. Comme je devais avoir moins de lait, ma fille devait téter à vide mais c'est vite passé. Et puis un engorgement après la naissance de mon fils. J'avais de la fièvre, patraque… j'ai mis ma grande à téter plus plus plus et c'est passé. On a testé des positions un peu abracadabrantes pour pouvoir vider tout le sein, mais ça a bien marché. Merci internet.
Moi : Tu n'aurais pas consulté pour ça ?
Mme A. : En fait j'ai quand même appelé la leche league pour ça. Elle m'a dit de mettre ma fille au sein mais pour les positions, non elle ne m'avait rien dit. Elle m'avait dit que si ça ne passait pas au bout de 2 jours, il fallait que j'aille voir mon médecin. Mais c'est vrai que j'ai beaucoup regardé les forums et du coup maintenant j'y vais en tant qu'experte. [Rires] J'essaie, je n'ai pas rencontré tous les soucis des autres mamans, mais j'apporte mon expérience pour aider d'autres personnes. Ce n'est pas facile de conseiller mais déjà si en face elles trouvent quelqu'un qui les comprennent et qui leur disent que c'est normal. Souvent les mamans ne savent pas que les débuts, ce n'est pas toujours rose. On ne le dit pas que ça va être difficile. Mais si tu t'écoutes et que tu le mets au sein, ça passe assez vite. Je sais que ma fille, elle a passé des journées entières aux seins, des repas de famille accrochée au sein dans l'écharpe… dès qu'elle pleurait, dès que je n'arrivais pas à la calmer, allez hop au sein. Elle, elle nous a fait des coliques et peut-être même du reflux. Mais téter ça avait l'air de lui faire du bien alors tant pis pour le trop plein.

Moi : Ça ne t'a jamais découragé ?
Mme A : Les premiers mois, c'était assez dur, elle pleurait beaucoup la journée et elle ne dormait que sur moi, mais bon, j'étais à la maison et puis elle faisait ses nuits. Avec mon fils, c'était beaucoup plus facile, mais lui il ne dormait pas la nuit. Oui, il y a ça aussi : quoi il ne dort pas à 4 mois, ce n'est pas normal ! Imagine à 15 mois [rires].
Moi : Mais là, tu assumais plus ou tu disais ce que l'on veut entendre ?
Mme A. : Non, mais là ce n'était pas le corps médical. Mais on m'a dit de le laisser pleurer, de lui faire un bon gros biberon plein de farine… c'est sûr qu'après une bonne choucroute, on dort mieux…
Moi : Et si c'était à refaire ?
Mme A. : Ah bah pareil, mais j'essaierai de me poser moins de questions que pour ma fille. Je suis satisfaite de ce que j'ai fait. Le co-allaitement, c'est très sympa pour eux, je pense, car ils tétaient en même temps et ils se faisaient des sourires, des câlins en étant accrochés au sein. Pour moi, ce n'était pas plus contraignant car ce n'était que matin et soir, et puis, plus grand, c'était chacun son côté. Belle expérience, famille heureuse.
Moi : pour finir, un message à faire passer ?
Mme A. : On a envie de leur dire ouvrez les yeux, regardez ce qui se fait ailleurs. Mais ce n'est pas que l'allaitement, ce n'est pas parce qu'on les porte qu'ils vont être dépendant de leur mère, ce n'est pas parce qu'on les allaite longtemps qu'ils vont rester dans les jupons de leur mère. Moi je vois bien, j'ai 2 enfants complètement différents : l'aînée est très collée à moi mais la séparation à la crèche a été très douloureuse pour les 2, alors que le 2^{e} il est très content d'aller à l'école, il va vers les gens. Parfois ça m'arrive d'en jouer un peu, faut arrêter d'être bête, j'allaite longtemps et j'en suis fière, je les porte et j'en suis fière, je suis à leur écoute, j'évite de leur crier dessus et de les taper et j'en suis fière. Moi, je ne suis pas non plus une militante, j'aurai envie que les choses changent, mais je ne vais pas me mettre à poil dans la rue pour allaiter, j'essaie d'aider et si je peux venir en aide à d'autres mamans, j'en suis fière aussi… Je sais que pour leur santé, c'était mieux que de leur donner du lait de vache pour engraisser les veaux. Et pour moi, j'ai appris au fil de mes lectures que c'était mieux pour le cancer du sein, que ça aidait à la perte du poids… donc c'est tout bénef et finalement otite, laryngite, nous, on ne connaît pas ; oui, ils ont eu des rhumes mais par rapport à d'autres, ils n'ont jamais été malades. Est-ce que c'est le lait maternel ? Je n'ai pas de preuve scientifique donc je ne peux pas affirmer que c'est grâce à mon lait mais je le crois quand même.

---

32 ans, mariée, vivant sur Nantes.
2 enfants de 5 ans et 3 ans, allaitée 3 ans ½ pour la première et non sevré pour le deuxième.
BAC+5 en chimie et vu les difficultés de trouver du travail dans cette branche, se réoriente pour devenir assistante maternelle.

Entretien n° 2 : Mme B.

Contexte : J'ai rencontré cette maman au cours de mon stage de SASPAS. Elle consultait pour le suivi de ses enfants et j'ai alors appris que son aînée avait été allo-greffée il y a 3 ans suite à une leucémie. A la fin de cette consultation, son fils a demandé à téter. Elle me reçoit chez elle, en présence des enfants, en septembre 2013 pour un entretien de 50 min.

Moi : Parlons un peu de votre allaitement…
Mme B. : Au début, je savais juste que je voulais allaiter. J'étais partie sur 6 mois et puis à 6 mois… je ne me voyais pas arrêter. Alors j'ai continué naturellement. Après mon ami voulait que j'arrête à 1 an, mais pareil, je voyais l'échéance arriver et je ne voyais toujours pas de raison d'arrêter. Alors on a un peu dialogué, je lui ai dit ce que j'en pensais, les bienfaits et tout ça… et j'ai eu gain de cause. Mon fils a eu 2 ans et voilà ça continue encore.
Moi : Pour votre aînée ce n'était pas pareil ?
Mme B. : Non pour elle, je n'ai allaité que les 3 premiers mois car j'ai repris à travailler. C'était une petite mangeuse et du coup elle ne stimulait pas assez, du coup je n'avais plus de lait. Mon fils, lui, ça n'a rien à voir, il était très demandeur. C'est vraiment un bébé qui aime le sein, donc ça a continué et au jour d'aujourd'hui, je n'ai pas de date… malgré les pressions… malgré qu'il faille limite se cacher dans les toilettes pour allaiter un bébé grand… Je n'arrêterai pas pour faire plaisir au gens, c'est sûr, et limite, à nous pousser comme ça dans nos retranchements, ça donne envie de continuer très longtemps. Je vois pas pourquoi j'arrêterai au détriment de mon fils car lui, il n'a pas du tout envie d'arrêter. Ce que je dis maintenant c'est : « plus vous me dites d'arrêter plus je continuerai ». C'est vrai que plus on avance dans l'allaitement, plus on prend d'assurance, aussi bien dans l'allaitement que vis-à-vis du regard des autres. Je me rappelle que pour ma fille, jamais je n'aurais pu allaiter devant quelqu'un. Aujourd'hui ça ne me dérange pas du tout. Alors on essaie de faire attention car il y a toujours des regards, mais je ne vais pas m'empêcher de donner le sein à mon enfant, si ça gène quelqu'un c'est à lui de s'en aller et pas à moi. Faut pas me chatouiller là-dessus.
Moi : Ça a toujours été aussi évident ?
Mme B. : Au début moi aussi je me suis dis : « mais est-ce qu'il a assez de lait ? Est ce qu'il prend suffisamment ? » La fatigue… Je n'ai pas eu de difficultés au départ pour les 2. Après, pour mon fils, à 4 mois j'ai eu une baisse de lait et j'ai craqué car tout le monde me disait mais il a faim, il n'en a pas assez. Mais il n'a jamais voulu du biberon alors j'ai laissé tomber. Je me suis dis : « on se concentre, il n'y a pas de raisons que je n'y arrive pas ». Mais on peut vite douter, les gens,… les médecins qui ne sont pas assez formés pour pousser vers l'allaitement, pour aider quand ça ne va pas. Moi, j'ai changé de médecin pour ça. Quand on est arrivé ici, pour les enfants, on a consulté le médecin du village. A la première consultation, je me suis dis : « ce n'est pas possible ».
Moi : Votre fils était déjà grand ?
Mme B. : Non, il n'avait pas 6 mois. Il ne savait même pas si mon allaitement se passait bien, que déjà, ce n'était pas normal que je continue à lui donner le sein. Alors j'ai fait « oui, oui » et en sortant je me suis dit qu'il ne me reverra jamais. On ne peut pas dire, sans connaître l'histoire de la maman ou de l'enfant, « désolé, stop, vous arrêtez l'allaitement car il a dépassé l'âge ». Comme si lui donner le sein n'avait que des côtés négatifs. Il faudrait que les médecins aident les femmes à continuer l'allaitement. Déjà quand j'y allais, c'était toujours : et combien il boit de biberons ? Bah, il boit quoi alors ? Ah, vous lui donnez encore le sein ! Et alors vous lui donnez combien de fois par jour ? Non, non, il faut compter le nombre de tétées ! 4- 6 tétées par jour pas plus ! Voilà, quand on n'y connaît rien, on se dit qu'on fout n'importe quoi avec son bébé. Je suis sûr qu'il y a beaucoup de mamans qui se retrouvent en difficulté car elles font ce qu'on leur demande. Moi, je déplore vraiment ça, le médecin, la PMI… on a du mal à trouver quelqu'un quand on a du mal avec l'allaitement, ou alors qui me dise que c'est bien de continuer alors que tout va bien. Non, c'est toujours « mais il va peut-être falloir penser à arrêter »… en plus, mon fils ne faisait pas ses nuits, alors c'était toujours « mais il faut arrêter les tétées de nuit ». Et comme c'est un gros demandeur, on me dit toujours « faut le cadrer,

c'est toi qui décides ». A part avec les mamans allaitantes, on passe toujours pour des extra-terrestres parce que l'on donne le sein.
Moi : Aviez-vous d'autres mamans qui allaitaient autour de vous ?
Mme B. : Autour de moi : non, mais sur internet. J'ai commencé sur un forum quand j'ai été alitée pendant la grossesse et après on s'est suivi. La plupart allaitait, du coup on se tenait les coudes et on se conseillait. Maintenant, j'en parle un peu avec des mamans de l'école qui n'ont pas allaité très longtemps et je passe encore pour une extraterrestre. Et à la pharmacie, c'est pareil. J'ai essayé de l'homéopathie, des tisanes pour la lactation ou un sirop pour apaiser mon fils le soir, on me disait toujours « mais arrête de l'allaiter, c'est ça le problème. Donne-lui un biberon et il va dormir ! ».
Moi : Votre démarche n'est pas toujours comprise ?
Mme B. : Je conçois que chacun fait comme il veut. Mais moi, personne ne me fera arrêter et je ne vais pas me replier sur moi-même. Avec mon ami, maintenant c'est bien clair, mais c'est vrai que le regard des autres le dérange.
Moi : La famille ?
Mme B. : Non, surtout quand on est à l'extérieur. C'est vrai qu'avec mon fils, ça reste à la demande. Maintenant j'arrive à lui dire, là on ne peut pas, tu attends un petit peu ; mais quand il a vraiment décidé de téter, je peux lui dire tout ce que je veux, il viendra contre moi.
Moi : Et ça, ce n'est pas pesant pour vous ?
Mme B. : Ça dépend. Il y a des jours où je n'ai pas envie de céder, mais ça ne va pas être spécialement pour l'allaitement. La plupart du temps ça va, et puis ce n'est pas 20 tétées par jour. C'est surtout les moments où je me pose, dans le canapé par exemple. Quand je le vois téter, je vois qu'il aime ça, ça lui fait du bien et tout le monde est content.
Moi : Est-ce qu'il y a eu un âge charnière ?
Mme B. : Quand il a commencé à marcher. Alors que les autres bébés passent au lait normal, vache ou de croissance, on m'a dit mais pourquoi est-ce que tu continues. C'était tous les jours au téléphone, ça y est il a arrêté ? Quoi, il tète encore ? C'est très énervant de devoir se justifier. Après je ne vois pas jusqu'à 5 ans, mais pour le moment je trouve qu'il fait encore petit bébé. Comme on lance le 3^{e} peut-être que ça va s'arrêter pendant la grossesse. Après le co-allaitement, je ne sais pas si ça me plaira, si lui, il voudra. De toute façon, depuis ses 1 an, il n'a plus voulu téter le sein gauche. Évidemment, on commence à me dire mais tu ne pourras pas tomber enceinte si tu continues et même ma maman m'a dit qu'il va falloir arrêter, car ce n'est pas bon pour la femme enceinte. Alors quand je dis que c'est mon fils qui verra, on me dit qu'il va prendre le lait du bébé ou bien qu'il y aura de la jalousie. D'ici là, il aura 9 mois de plus, il comprendra mieux. Et puis il y aura l'école alors il ne restera peut-être qu'une tétée-câlin par jour. Il comprend très bien quand je le laisse chez ma maman, il ne demande pas à téter.
Moi : Et si c'était à refaire ?
Mme B. : Je m'écouterai plus. Je n'écouterai pas les autres. Pour ma fille, ça n'a duré que 3 mois alors que cette fois, c'était vraiment mon premier allaitement avec encore quelques doutes. Pour le prochain allaitement, on ne m'arrêtera pas.
Moi : La reprise du travail, ça aurait changé quelques choses ?
Mme B. : Dès le départ, on avait prévu que je prenne un congé parental et puis au fur et à mesure, on a repoussé. En reprenant le travail, j'aurai été malheureuse de devoir limiter les tétées et reprendre aurait été pénible à cause de ça. J'étais mal à l'aise d'arrêter l'allaitement à la demande pour retravailler.
Moi : L'allaitement dans les médias ? Des choses vous ont fait réagir ?
Mme B. : J'ai lu un article où une maman expliquait qu'elle avait été virée d'un magasin car elle allaitait en public. Ça me choque, car ça ne gène personne qu'une maman donne un biberon. On ne peut pas dire à un tout petit : tu attendras d'être à la maison pour manger. Mais même si l'enfant est plus grand, si sa maman prend sur elle d'allaiter en public, on ne peut pas lui reprocher surtout que l'on ne voit rien. Moi ça m'est arrivé que des gens me fixent et je leur est dis : « il y a un problème ? » Alors là, ils détournent le regard. Aujourd'hui, il y a des femmes nues sur la plage et personne n'a l'air d'être choqué. On ne peut pas regarder la télé sans voir une femme nue pour un gel douche. Moi, j'ai

déjà entendu c'est dégueulasse, c'est pervers. Les mentalités ce n'est pas encore ça, on n'est pas encore libre. Le week-end dernier, on était à la piscine dans un petit coin et j'ai donné le sein. Ma sœur m'a dit qu'on avait l'impression qu'on faisait juste un câlin mais si quelqu'un avait remarqué que je l'allaitais, je suis sûre que j'aurai eu des regards de dégoût. Une maman qui donne le sein, il n'y a rien de plus beau. C'est le meilleur qu'on leur donne. Le sein, il est fait à l'origine pour nourrir l'enfant, évidemment il a plaisir à téter mais rien à voir avec le plaisir sexuel.
Moi : Et l'allaitement aujourd'hui, comment est-ce perçu dans notre société ?
Mme B. : Ah c'est positif ! C'est très bien jusqu'à 3 mois, 6 mois ce n'est déjà plus très normal, après je ne vous dis même pas [rires]. Après chacun fait comme il a envie, on donne le biberon ou le sein, c'est comme ça. Mais les mamans qui donnent le biberon, elles ne vont pas aider non plus les mères qui allaitent. Leur solution, c'est toujours « mais donne-lui un biberon ». Et même avec les jouets, les bébés sont vendus avec un biberon, on a déjà pas le choix à cet âge. Ma fille quand elle a eu son bébé, elle lui a donné le biberon alors que mon fils, lui, il donne le sein à son bébé. [Rires] Bon évidemment, c'est un garçon, mais pour lui, c'est déjà plus logique de donner le sein et je trouve ça super. Les choses avancent mais même à la maternité, on a l'impression que donner le sein c'est encore surprenant. Au moindre obstacle, on arrête et on donne le biberon car vous comprenez c'est plus simple. Plus simple pour qui ? Pour la maman ou pour elles ? Après l'allaitement d'un plus grand, on vous dit que vous allez en faire un enfant capricieux, mauvais, pervers, un enfant qui ne sait manger…
Moi : OK, très bien tout ça. Le 2^{e} thème que je voulais aborder avec vous c'est la santé. Je sais qu'il y a une histoire très particulière avec votre aînée…
Mme B. : Oui c'est vrai et du coup dans l'allaitement, il y a aussi le côté de l'aider à se battre contre les microbes avec les anticorps. Je lui donne tout ce que je peux pour qu'il soit en bonne santé, pour le protéger. Et c'est vrai que pour ma fille j'y ai pensé, je me suis dis : « et si j'avais continué l'allaitement, est-ce que ça lui serait arrivé ? » Bon, ça n'aurait certainement rien changé, mais là il a le meilleur. Le lait de vache, le lait en poudre, c'est immonde !
Moi : Du coup votre médecin traitant ?
Mme B. : Et bien je suis retournée voir notre ancien médecin, celui que vous remplaciez.
Moi : A 40 km d'ici ?
Mme B. : Oui, mais je suis très attaché à lui, très confiante. C'est lui qui a trouvé la maladie de ma fille et je lui fais une confiance aveugle depuis. Je sais que dès que j'ai besoin il va nous recevoir… après au niveau allaitement, il n'est pas non plus très ouvert. Mais je le sais, alors j'en parle pas vraiment avec lui. Et puis je n'ai pas besoin de ses conseils pour l'allaitement. Bon, s'il me demande, je lui passe les détails, je lui dis juste : « oui il tète encore ». Mais on dit parfois ce que les médecins ont envie d'entendre… s'il veut entendre 4 tétées par jour, je vais dire 4 tétées par jour ; quand il me demande s'il tète encore la nuit je lui dis « non non ». Comme ça, il n'y a pas de soucis, ça ne le fâche pas. Et moi, je sais ce que je fais à la maison. Ça ne devrait pas, je sais, mais ce n'est pas comme si je faisais quelque chose qui lui faisait du mal, et comme ça, il n'y a pas de prise de tête. Après il y a peut-être des médecins qui sont mieux, mais même les pédiatres que j'ai rencontré m'ont regardé avec des gros yeux, alors que pourtant c'est normal tout ça. J'espère que quand les mamans ont des problèmes, ils sont plus compréhensifs. Enfin j'espère que ça va changer parce que même à la PMI, ça m'est arrivé de cacher le nombre de tétée. Quand on vous demande le nombre de tétée et qu'on est incapable de répondre car c'est à la demande, on a l'impression de mal faire, de ne pas être une bonne mère.
Moi : OK, et vous, avez-vous dû prendre des traitements depuis le début de l'allaitement ?
Mme B. : Des médicaments ? Non, pas vraiment. J'ai essayé l'homéopathie, des tisanes pour booster la lactation mais c'est les conseils sur le forum des mamans qui m'ont aidés le plus. Maintenant, je sais que c'est surtout dans la tête et qu'il faut être bien sûre de soi pour que ça marche. Sinon, c'est vrai que lorsque l'on allaite, il y a beaucoup de choses auquel on n'a pas le droit et les médecins n'y font pas toujours attention. Moi, je suis pas mal homéopathie et comme je ne suis pas très souvent malade, je gère ça avec la pharmacienne, comme ça je suis sûre pour l'allaitement. Une fois, j'ai consulté pour une angine, et je dis bien pourtant que j'allaite, mais arrivée chez moi, j'ai lu que ce

n'était pas compatible avec l'allaitement, du coup on ne prend pas les médicaments. Même à la pharmacie, c'est toujours « ah bah je ne sais pas trop si on peut le prendre avec l'allaitement ». Je trouve vraiment là-dessus qu'ils ne sont pas assez formés. Certaines mamans peuvent prendre sans faire attention et du coup c'est toute la structure médicale qui rend l'allaitement mauvais, ce n'est pas les mamans.
Moi : voilà donc des choses à changer. Côté vaccinations ?
Mme B. : A jour ! Ça j'y fais très attention. Du fait de mon aînée, je ne néglige pas trop ce côté-là et je suis plutôt pour la prévention. De toute façon pour les enfants, j'ai encore tendance à consulter pour le moindre bobo. Enfin je crois que pour mon fils j'arrive mieux à relativiser, mais pour ma fille j'ai encore beaucoup recours aux médecins. Après pour un 2e, on fait toujours différemment.
Moi : Donc on a vu médicament et vaccin. Tabac, Alcool ?
Mme B. : Pour moi [rires] je ne bois pas et je ne fume pas. Pour l'allaitement ça n'a donc jamais été une contrainte. Moi, je suis choquée par les mamans qui fument, même celle qui n'allaitent pas. Pareil pour les femmes enceintes. Je ne conçois pas qu'on puisse faire ça quand on connaît le risque pour les enfants. Je trouve que ça enlève du positif à l'allaitement.
Moi : Et la contraception ?
Mme B. : Alors ça c'est bien d'en parler parce que ça joue beaucoup sur la lactation. On propose automatiquement la pilule, alors c'est bien, mais la pilule spéciale allaitement elle est chère ou alors très pénible car il faut la prendre à heure fixe. Au final moi, j'ai arrêté la pilule car j'ai eu des baisses de lactation et mon allaitement passe avant tout. Mais ça, on devrait en parler, prévenir les femmes que ça peut arriver. Bon là, on essaie le 3e donc plus de soucis, mais après je ne reprendrais pas quelque chose qui peut avoir une incidence sur mon allaitement.

---

30 ans, vivant en couple (2e union) en milieu rural
2 enfants de 6 et 2 ans, allaités 3 mois pour l'ainée et non sevré pour le deuxième.
En congé parental, travaille en restauration.

Entretien n°3 : Mme C.

Contexte : J'ai également rencontré cette maman au cours de mon stage de SASPAS mais chez un autre médecin. Alors qu'elle consultait pour les certificats de sport des plus grands, elle a dit que l'allaitement faisait de beaux enfants. Mme C est voilée, elle porte un foulard de couleur qui lui cache le cou et les cheveux). Elle me reçoit chez elle, en présence de son dernier enfant, pour un entretien de 1h30 au cours du mois de septembre 2013.

Mme C. : Vous trouvez facilement des mamans qui allaitent longtemps ?
Moi : Alors, ça fait un moment que je note au fur et à mesure des rencontres le nom de mamans qui allaitent longtemps et je les rappelle quand leur enfant a plus d'un an. J'essaie surtout de voir des mamans qui ont des médecins différents.
Mme C. : Bon, alors j'ai des noms à vous donner… Ma sœur, des amies, même une qui est très catholique. C'est vrai que pour moi l'allaitement prolongé, il est en parti dû à une orientation religieuse, et puis aussi car chez nous, on est pluriculturel. Du coup, chez nous l'allaitement c'est la normalité. On accouche, on allaite, c'est logique. Il n'y a aucune obligation en soit, mais c'est vrai qu'il n'y a pas encore le dogme du biberon et du lait en poudre. Chez moi, c'est inné mais j'ai des sœurs qui sont passé du côté des biberons, c'est un choix. J'ai eu une première expérience difficile avec ma fille qui est l'aînée des 4. En fait, j'ai eu des grossesses à risque, et en plus, on a découvert à sa naissance que mon mari et moi, on a une incompatibilité sanguine super super rare alors qu'on n'est pas du tout consanguins. Du coup, forte jaunisse, exsanguination et séparation d'avec mon bébé. Ils ont essayé que l'on se voit souvent, mais pour l'allaitement c'était très difficile. Elle a eu rapidement des biberons et après on a essayé de la mettre au sein mais c'était trop tard, elle ne savait plus faire. J'ai vraiment senti cette cassure, et pour les suivants je voulais vraiment les allaiter. Elle me dit parfois oui mais moi tu ne m'as pas allaité. Alors je lui redis que l'envie était là, que le manque est là encore, mais que je préfère de loin qu'elle soit sauve. Pour mon 2^{e}, c'était bien noté dans mon dossier donc il a été tout de suite sous les lampes et il a eu un tout petit ictère. Il a été avec moi dans la chambre. J'avais pris une chambre seule, car la fois d'avant, voir l'autre maman avec son bébé, c'était très dur. Du fait d'être tous les 2, l'allaitement s'est mis en place tout seul. J'ai eu quelques crevasses mais j'avais ma grand-mère qui me disait vas-y met le au sein sa salive va cicatriser. J'avais l'impression de continuer ma grossesse. C'était naturel, sans contrainte et comme ça 18 mois. L'arrêt c'est passé simplement. Pour mon 3^{e}, encore mieux car à la maternité je trouvais qu'ils avaient changé leur façon de penser, on était plus dans le naturel, pour accoucher je n'étais pas déjà sanglée sur le lit. J'ai pu accoucher comme j'ai voulu, j'ai eu le droit au ballon, à plusieurs positions pour préparer son arrivée. On l'a mis sur mon ventre et il a crapahuté jusqu'au sein tout seul. Pareil, simple. On venait d'acquérir la maison, je ne me voyais pas avec les travaux dans les biberons. Compter le nombre de cuillères à 4h du matin, ce n'était juste pas possible. Et puis ici, on a découvert le co-dodo. Les nuits me paraissaient de plus en plus courtes alors avec le 3^{e}, l'école… ça c'est fait tout seul. Et lui aussi jusqu'à 18 mois, en fait quand on l'a changé de chambre, le va-et-vient commençait à être éprouvant pour moi. Alors on a commencé tout doucement et puis j'ai dû aller au chevet de ma sœur, donc là on a fait très vite comme ça c'est mon mari qui l'a gardé. Mais c'est vrai qu'il était temps car comme il marchait, il venait comme ça et me soulevait mes affaires et se mettait à téter. Donc là, je ne trouvais pas ça très sain et je n'avais pas envie de ça. Je voulais que ça reste intime, une relation entre moi et mon fils, et lui à son âge, il ne voyait pas la différence : à la maison, dehors, avec des personnes… Donc on en a discuté avec mon mari, avec mes enfants, et ça s'est bien passé à chaque fois, aussi bien pour eux que pour moi. C'était un choix d'arrêter à ce moment-là. Je n'ai jamais eu l'épée de Damoclès de reprendre à travailler car à chaque fois j'ai pris les 3 ans. Par rapport à d'autres mamans, j'ai cette chance. Je ne me voyais pas du tout tirer mon lait dans un bureau, congeler du lait. Ce n'est pas mon truc, pour moi ce n'est pas ça l'allaitement mais ce n'est pas une critique, c'est plus pour être en phase avec moi-même. Je ne suis pas comme Mme Badinter qui a des idées très très arrêtées et archaïques sur tout ça. Enfin sans vous mentir, je n'ai pas de vision de ce que ça doit être. Je n'ai pas lu de bouquin, je n'ai pas fait de recherches. Ce n'est pas

quelque chose de réfléchi, je finis juste une histoire qui a commencé avec la conception. Pour moi, même si on a des horaires décalés, qu'on est réveillé, qu'on n'a pas une belle poitrine, c'est un moment où l'on se pose. Le biberon, on a tendance à le donner à n'importe qui, on casse la relation mère-enfant pour moi. L'allaitement, c'est vraiment un instant de calme dans le chaos de la journée. Alors, il y a toujours des gens qui diront que le papa ne participe pas. Mais en fait si, il est à côté, on discute pendant que l'enfant est calme. Même s'il y a d'autres enfants dans la maison, on est comme dans un cocon à 3 à ce moment-là. Les enfants, ils viennent regarder. Ma fille a 12 ans, lors de la naissance du 4e, elle m'a même demandé de goûter. Je lui ai dis « pas de soucis, rapporte moi un verre », je n'ai pas trouvé ça déplacé ; je n'aurais jamais pensé à la faire téter, c'est très bizarre ça. Je trouve ça bien qu'elle s'y intéresse à son âge car je sais qu'elle se pose des questions sur ce non-allaitement pour elle. Alors on en parle… Quand le 4e est né, encore un avancement, je me suis retrouvé avec le portage, le bio, le sentiment de naturel. Dans les magasins, je pouvais demander à emprunter la cabine d'essayage pour l'allaiter pendant les courses. Pour le 3e, j'étais obligé de retourner à ma voiture. Il y a vraiment une évolution sur les 10 dernières années, le regard change et les femmes se positionnent vers ce naturel. On revient aux sources, on se cherche, on écoute plus son instinct. Je peux comprendre les femmes qui ne lâchent rien car elles ont peur d'entendre : « excuse-moi mais Pierre passera devant toi parce que lui, il ne donne pas le sein ». Il faut se justifier d'un truc naturel qui reste encore stigmatisé. Oui, il faut que la femme soit libérée mais un homme reste un homme et une femme reste une femme ! Ça n'empêche pas d'avoir une carrière, de viser haut mais on a le droit de rester femme. Personne ne se trahit en revenant aux sources. Pour mon 2e, j'avais rencontré une sage-femme quasi réac, qui ne parlait que de naturel, à l'opposé de l'hypermédicalisation de mes grossesses. Ma 2e rencontre avec des sages-femmes, c'est pour mon dernier, et elles aussi me disaient : il faut être à l'écoute de votre corps, vous saurez ce qui est bon. On ne m'a jamais poussé vers l'allaitement ou le biberon, non c'était mon cheminement. Après parfois, quand j'étais crevé, je me disais : « on va passer aux biberons », et puis en le regardant téter je me disais : « n'importe quoi »… Pour le dernier c'était encore plus facile, plus simple. Et ça s'est fini vers 19 mois suite à un abcès. Douleur, fatigue, alors on est passé aux biberons. Comme on était vraiment dans notre cocon à ce moment-là, ça a été un peu dur.

Moi : Vous avez eu des traitements à ce moment-là ?

Mme C. : Oui des antibiotiques et un anti-inflammatoire. Donc tout ce qui contre-indiquait l'allaitement. J'ai vu mon médecin traitant, ça m'est vraiment tombé dessus, 40° de fièvre d'un coup. Je n'avais pas connu ça avant. Mais bon, pas de regret, pour mon dernier : jamais d'otite, pas de maladie, une croissance normale. Je pense que j'avais du bon lait, je lui ai donné le meilleur. J'ai une sœur qui a allaité jusqu'à 2 ans, elle a apprécié aussi. J'aurais bien aimé aller jusqu'à 2 ans mais 19 mois c'est bien.

Moi : votre médecin vous a parlé de sevrage à ce moment-là ?

Mme C. : Non, elle m'avait dit de tirer mon lait parce que je n'avais pas prévu d'arrêter à ce moment-là. J'ai toujours rencontré des médecins assez ouverts ou du moins qui sont restés neutres. On ne m'a jamais dit « c'est comme ça ». Même pour ma première où l'allaitement ne se passait pas bien, le pédiatre a été super et il a tout fait pour m'aider à ce que ça reparte avant de dire que ça ne se ferait pas. Lui, il avait un avis assez tranché et il était à fond pour l'allaitement. Après, quand je repense aux puéricultrices du CHU, je trouve que pour mon dernier, c'est-à-dire 12 ans après ça, elles étaient beaucoup plus présentes pour aider à mettre aux seins. Lui à sa naissance, l'ictère était très très fort et donc il devait rester le plus possible sous la lampe et je voyais bien que pour l'équipe c'était un crève-cœur de dire « on va lui donner un biberon pour qu'il reste calme sous la lampe ». Ça leur coûtait autant qu'à moi. Toujours peur que ça fasse comme mon aînée, mais là, j'ai bénéficié de l'unité kangourou et vraiment tout le monde était à l'écoute et gravite autour de la maman. Voilà, à partir de là, j'avais l'impression que le cordon ombilical n'était pas coupé. La scission se fait au fur et à mesure en douceur. Les mœurs font que maintenant c'est plus naturel.

Moi : Aussi bien sur l'initiation de l'allaitement que sur sa durée ?

Mme C. : Eh sur la durée, les gens s'étonnent beaucoup. Quand j'en parle, c'est vrai que c'est toujours : « quoi tu l'allaites encore ? » Une dame m'a même demandé si je ne trouvais pas ça

pervers… Pour moi ce n'est pas plus pervers que de regarder une pub de voiture à la télé où le sein tu ne sais même pas ce qu'il y fait. Quel drôle d'idée ! Oui, c'est de l'amour mais il n'y a pas d'élan sexuel là dedans. Mon sein ne fait pas l'objet de fantasme, de désir sexuel par mon enfant. Il y a quelques jours, j'ai vu une dame allaiter son enfant dans une galerie commerciale, moi perso, je ne l'aurais pas fait devant tout le monde, mais dire que ça peut choquer des gens, je trouve que c'est très exagéré, alors qu'il y a des images à connotation sexuelle partout. Aujourd'hui il faut payer pour aller au zoo pour que les gens s'extasient en voyant un petit animal téter. La société est vraiment à double courant. C'est pareil, on ne peut pas dire qu'allaiter c'est une nouvelle mode. Il y a eu les baba-cool, maintenant c'est les bobos, ils veulent manger bio, local mais allaiter ce n'est pas nouveau. La plupart de mes amies font 6 mois et ça leur apparaît déjà le Graal. Sur la durée, les gens sont encore très primitifs. Le livre de Mme Badinter, qui est sorti en 2011, n'a pas beaucoup aidé dans les conversations autour de l'allaitement. J'en parle parce que je l'ai lu. Nous comparer à des primates, ça ne fait pas très plaisir, mais tous les mammifères allaitent leurs enfants et ils ne se posent pas 36 000 questions. La fibre maternelle, je ne sais pas si ça existe, mais l'instinct animal c'est sûr et en disant ça, je n'ai pas l'impression de progresser ni de régresser… Au-delà de 2 ans, je n'aurais pas continué, car à cet âge, ils sont prêts, ils savent me dire ce qu'ils veulent et j'aurais peur de les emprisonner dans quelque chose de trop exclusif, d'être coupable de l'étouffer. A cet âge, il est en capacité de tout faire, manger tout seul, choisir… l'allaitement ne se justifie plus, il n'y a plus nécessité de les nourrir donc pour moi arrêter vers cet âge-là, c'est logique. C'est effectivement comme pour les animaux, quand il n'y a plus de besoin, l'allaitement s'arrête. Après c'est sûr, on peut se créer le besoin, mais quel est le bénéfice pour l'enfant ? Pour moi, c'est le bénéfice de l'enfant qui importe.

Moi : Et pour vous est ce qu'il y avait également un bénéfice ?

Mme C. : Oui, dans le sens où c'est un moment de calme. C'est bien gentil que les médecins vous disent il faut se reposer. Moi, j'en ai 4, j'ai une maison à tenir, des courses à faire… se reposer, c'est juste pas possible. Le fait d'allaiter en fait m'obligeait à me poser, de bien se caler, mon corps était alors sur off pendant 20 minutes. Le nombre de fois où je me suis assoupie… C'est du bien-être, du temps pour moi mais ça, c'est quand ça s'est fini que j'en ai pris conscience. J'étais apaisée et je pouvais repartir après, un peu comme si le bébé en retour m'envoyait de l'énergie. Et puis, pas se prendre la tête avec le nettoyage des biberons, la stérilisation, le nombre de cuillères, la température… et puis quand on se déplace pas de sac à langer qui fait 15 tonnes. Je ne me suis jamais posé la question s'il me restait suffisamment de lait chez moi… pas de stress… un truc en moins à gérer. Et puis économiquement parlant, c'est une vrai différence surtout pour 4. Bon c'est sûr il reste les couches, mais ça je n'ai pas pu me résoudre à prendre des trucs lavable et je crois que si je l'avais fait ma mère m'aurait déshérité. [Rires] Elle me dirait c'est un progrès ! [Rires] Alors c'est sûr que pour le faire manger c'est toujours moi, mais si j'ai continué c'est qu'il n'y avait pas de contrainte. Et puis aussi que personne ne m'a jamais dit que ce n'était pas bien.

Interruption par un coup de fil de sa sœur.

Mme C. : Alors elle c'est pareil, elle prolonge et là, elle est enceinte de son 5e. En fait, elle a fait une crise d'éclampsie et elle a perdu le dernier… Peut-être que d'être à se point surveillées pendant la grossesse, ça nous donne envie de prolonger pour protéger le plus possible nos enfants. C'est viscéral tout ça. C'est vrai que mes parents sont très ouverts par rapport à ça, sans condamner mes autres sœurs qui ont fait autrement. Pour nous l'allaitement c'est normal, j'ai toujours eu des bons conseils par ma grand-mère. Étant originaire du Maroc, je vois comment ça se passe là-bas. Le biberon commence tout juste à émerger, avec l'idée que c'est le progrès. Cette pseudo-liberté du biberon attire mais la plupart continue à allaiter sans y penser. Après dans le Coran, c'est fortement conseillé d'allaiter 2 ans mais il n'y a pas d'obligation, mais c'est vrai qu'il y a plein de conseil pour la santé dans le Coran. C'est un vrai soutien moral puisque la famille, le mari sont pour l'allaitement. Les époux musulmans sont très aidants pendant ce temps-là, ils ne disent pas qu'ils se sentent exclus. Par moment, je suis plus mère qu'épouse mais je n'ai pas à m'en justifier. C'est vrai que c'est culturel, eux, ils ont vu leur mère, leurs sœurs qui allaitent alors ça aide. Quand vous allez dans les campagnes, à la ferme, tout le monde travaille tout le temps, par contre, lorsqu'une femme se pose

pour allaiter son enfant jamais personne n'ira lui dire quelque chose. Et puis quand on accouche, quand on allaite, il y a tout un protocole qui se met en place autour de la maman. On vous fait des plats biens généreux avec certaines épices pour la lactation. Moi, je n'ai jamais acheté d'homéopathie pour ça car nos mères nous préparent des tisanes pour entretenir la lactation, certains plats pour compenser les carences. Tout ça rend plus facile d'allaiter plus longtemps… Il y a de plus en plus de société qui reviennent à tout ça, une base bien saine. Ce n'est pas que l'allaitement va résoudre les problèmes mais en étant proche de son enfant, il y a des soucis que l'on ne se pose pas. Il y a ce lien aussi avec l'enfant. Je pense à une amie qui a eu un don d'ovule et qui expliquait qu'allaiter c'était un besoin viscéral de remettre du naturel dans tout ça. Aujourd'hui, on met tellement de pression comme quoi il faut faire carrière. On considère encore que si une femme s'arrête trop longtemps pour ses enfants, elle est « has been ». Alors c'est vrai qu'après 6 ans de congé parental, j'ai eu besoin de retourner à la vie active, d'avoir une vie sociale en dehors de la maison… Si la société me demande ce que j'ai fait pour elle, moi, je peux dire que même si je n'ai pas beaucoup cotisé, j'ai fait des enfants en bonne santé, donc pas de trou dans les caisses de l'état, j'ai fait en sorte de donner des fondations solides à ma famille… je n'ai pas le sentiment d'être passée à côté de ma vie, d'être culturellement arriérée. Ça, je le ressens à plusieurs niveau, déjà parce que religieusement je suis voilée et que donc les gens pensent qu'intellectuellement je suis moindre et que mon époux est forcement archaïque, autoritaire… et pourtant dans le Coran, chacun est à sa place et on a autant de devoir l'un envers l'autre… Quand j'entends parler des « nouveaux papas », je me dis oui, mon mari ne donne pas le biberon, mais il fait le ménage, il donne le bain, il les couche, il est là pour les accouchements.

Moi : On commence à avoir bien fait le tour, un petit mot pour finir ?

Mme C. : Quand vous m'avez appelé je me suis dis mais qu'est ce que je vais pouvoir raconter… je ne fais rien d'extraordinaire, j'ai la chance de pouvoir prendre 3 ans, ça aide c'est sûr. J'aurai eu à retravailler après quelque mois ça aurait été dur, pour moi, ça, ce n'est pas la liberté. A force de vouloir être comme les hommes, on perd notre identité. On a laissé la femme disposer de son corps avec la pilule, on doit lui laisser le choix qui n'incombe qu'à elle, d'allaiter ou pas et le temps qu'elle veut.

Moi : Je me permets de rebondir sur la contraception…

Mme C. : Et bien moi, je suis très féconde avec des grossesses très à risque : cholestase, diabète gestationnel, suivi au CHU… au début ç'a été la pilule mais vite contre-indiquée, ensuite les spermicides mais ça ne marche pas tout le temps. J'ai eu le droit au stérilet jusqu'à ce que l'on me propose une contraception définitive. J'en ai beaucoup discuté avec la gynéco et les sages-femmes mais il y a un vrai deuil et j'en ai beaucoup pleuré. On m'a dit pourquoi pas votre mari mais la question n'était pas là, c'était perdre ce choix d'avoir ou non un autre enfant. Ça n'a pas été un cheminement facile, mais s'il devait m'arriver quelque chose parce que je n'avais pas posé l'ESSUR, je laissais mes 4 enfants, un mari. La raison l'a emporté, mais même religieusement parlant, il faut préserver la santé en premier… En fait, quand il a fallu changer mon stérilet, on s'est posé la question d'en avoir un 4^{e}. J'en ai parlé avec mon médecin et là, j'ai trouvé ça très professionnel, très grand de sa part, elle m'a dit qu'elle ne pourrait pas être à 100% avec moi car avec la fac, elle n'était pas toujours à son cabinet. Du coup, j'ai rencontré la gynéco avec qui on a longtemps discuté et m'a dit OK, mais si on a l'accord du CHU. Elle a mis ensuite les sages-femmes en place, prise de sang hebdomadaire, les échos au CHU, le SIG… Tout ça pour que je puisse vivre une grossesse sereine, même si c'est très médicalisé, ils étaient à l'écoute, beaucoup d'échanges. Ils tenaient mon médecin au courant comme je l'avais demandé, c'était super. Je pense que si la relation patient – médecin était si bonne, c'est parce que j'avais conscience qu'ils étaient tous là pour moi. C'était les plus pointus dans leur domaine et j'ai beaucoup de respect pour eux et ils en avaient tout autant pour moi. Au SIG, je tombais toujours sur des hommes alors je n'ai jamais rien dis mais je ne vous cacherai pas que je n'étais pas à l'aise. Ils étaient supers et c'est vrai qu'ils laissaient facilement une étudiante ou une collègue reprendre la main. Pour l'ESSUR c'est pareil je leur faisais confiance.

40 ans, mariée, vivant en milieu semi-rural
4 enfants de 14, 12, 10 et 2 ans pour des allaitements de quelques jours à 19 mois.
Assistante maternelle en congé parental.

Entretien n°4 : Mme D.

Contexte : J'ai rencontré Mme D. lors d'un examen de santé de ses filles. Elle m'annonçait alors discrètement qu'elle débutait une grossesse et pensait sevrer sa fille âgée alors de 3 ans. Elle me recevra chez elle, en septembre 2013, pour un entretien d'1 heure en compagnie de son fils âgé de 8 mois.

Mme D. : Bon alors l'allaitement, et bien j'ai 3 enfants et je les ai allaités. J'ai toujours trouvé que l'allaitement c'était naturel. Le biberon, c'est comme un corps étranger entre le bébé et la maman. Moi, j'ai fait ça pour le côté fusionnel et très naturel. Que la maman donne son sein, ça se fait depuis la nuit des temps et puis c'a plein d'avantages. On dit que les bébés sont plus résistants, qu'il y a moins d'allergies, il y a moins de risque d'obésité aussi. Chose importante pour une femme, qui plus est hôtesse de l'air, on reprend vite la ligne quand on allaite. Et puis c'est gratuit ! [Rires] C'est vrai que moi je suis très maman-poule et je voulais ce contact-là entre l'enfant et moi, c'est fusionnel, c'est plein de tendresse et je pense que je n'aurais pas eu ça avec le biberon.
Moi : Et le côté prolongé de vos allaitements ?
Mme D. : Et bien au départ, j'étais très lait maternel, couches lavables, jouets en bois, etc. Depuis il y a beaucoup de choses qui ont changé. [Rires] Et j'avais comme référence les pays plus avancés côté allaitement, les pays nordiques et c'est vrai que les chiffres montrent que là-bas, il y a beaucoup de mamans qui allaitent longtemps. Et comme c'a tout de suite bien marché et que j'adore ça, j'ai allaité longtemps pensant que c'était le mieux pour l'enfant. Pour l'aînée, j'ai fait 15 mois ½. Pour la 2e, là on s'est dit que j'avais peut-être fait trop longtemps puisque je l'ai allaité jusqu'à ses 3 ans, jusqu'à l'école.
Moi : C'était une volonté de votre part d'arrêter à 15 mois ½ pour la première ?
Mme D. : En fait, je pensais faire jusqu'à ses 2 ans mais je suis retombée enceinte. Comme je voulais allaiter le second bébé, je ne voulais pas que ce soit trop difficile pour ma fille d'accepter ce bébé. Malgré le fait que j'ai arrêté 5 mois ½ avant la naissance, ça a été terrible. Quand elle est venue à la maternité, elle était toute contente de voir sa petite sœur mais quand je l'ai mise au sein, ça a été la catastrophe. Elle a hurlé, c'était le drame ; elle disait « non c'est à moi ». J'ai appelé la leache ligue à ce moment là et m'a dit que je pouvais continuer à allaiter le 2. Mais je trouvais ça trop compliqué et je me dis qu'il faut bien s'arrêter à un moment donné. Ça a été dur pendant 2 mois et après ma fille a compris quand on lui a dit que c'était pour le bébé, et puis elle avait tout ce qu'il faut dans son alimentation. Maintenant je regrette un peu d'avoir allaité si longtemps ma 2e parce que c'était devenu son doudou et c'est comme si j'étais à sa disposition. Ça en a fait une enfant capricieuse par rapport à ça, elle avait l'habitude que je lui donne tout de suite ce qu'elle voulait. Pour elle, c'était vraiment indispensable, alors quand je suis tombé de nouveau enceinte, on a dû négocier un peu et j'ai fait une tétée le matin et une le soir. Je lui expliquais « maintenant tu es une grande, tu vas à l'école ». C'était que de la tétouille, c'était pour avoir le câlin et sa maman rien qu'à elle. C'était un peu dur mais ça s'est bien passé mais elle est devenue accro à sa tétine et à son doudou qui est ma chemise de nuit d'allaitement, tout un symbole. [Rires]
Brève interruption par la mise au sein de son fils qui dans ses bras cherche le sein.
Mme D. : Bah voilà en direct, mais là c'est plus pour le câlin. Là, je commence la diversification et il mange énormément.
Moi : Des grands pots ?
Mme D. : Non, je fais moi-même. Mais il mange des grandes quantités, alors parfois je me demande s'il en a assez. Comme c'est un garçon, il est beaucoup plus grand que ses sœurs. Et j'ai tendance à lui donner plus souvent le sein à cause de ça. Après, je me dis que c'est à la demande… Vous voyez ces petits jeux, quand il tète, je lui caresse la main, lui, il touche le sein, c'est plein de tendresse. Ça permet aussi quand on donne le sein de faire une pause. On s'isole un petit peu, quand les sœurs jouent et se chamaillent, ça fait du bien pour lui et pour moi d'aller dans une pièce tranquille.
Moi : Et du coup le projet pour ce 3e allaitement ?

Mme D. : Je vais être en congé parental pendant 3 ans. Mais je ne veux pas l'allaiter pendant 3 ans, non, plutôt comme mon aînée, 2 ans grand maximum. C'est vrai que là, c'est une petit contrainte l'allaitement car je voulais le mettre à la garderie et comme il fait ses dents, il pleure pas mal et je le mets du coup plus au sein. Et ça, ils ne peuvent pas le faire à la garderie, et en plus je n'arrive pas à tirer mon lait. J'avais réussi à le faire un peu pour la 1ere, mais pas non plus pour la 2e. C'est vrai que quand on a envie de sortir, c'est un peu contraignant pour ça l'allaitement. Du coup j'ai acheté du lait de croissance en brique et j'ai pu le confier une fois à papa. Mais je suis très maman-poule et j'ai peur de confier mes enfants. L'allaitement me permet peut-être… de justifier de rester avec eux. [Rires] C'est vrai que je sacrifie un peu ma vie avec les copines, là on se fait un resto avec papa mais bébé sera là. Faut être encore un peu patient, les filles elles sont aussi allées à la garderie mais plus grandes, 18 mois je crois.
Moi : Pour le travail, vous parliez d'hôtesse de l'air ?
Mme D. : Oui, pas très évident avec les petits. Avant je partais plusieurs jours. Je ne sais pas ce que ça donnera car je n'ai pas encore repris. J'avais envie de les élever, de les voir grandir et leur donner le sein aussi. Je ne sais pas comment je vais m'organiser, à quelle fréquence je vais travailler ou carrément changer de travail si je n'arrive pas à les voir assez.
Moi : OK, bon c'est pour plus tard donc. Sur la mise en place de l'allaitement vous aviez eu des difficultés ?
Mme D. : Bah comme tout le monde, des crevasses, un engorgement pour la première… Mais c'est vrai que je comptais que sur moi-même et un peu sur les associations. Parce qu'on n'est pas aidé ! Que ce soit l'entourage et même… des professionnels qui n'aident pas du tout et bien au contraire. Pas de problème pour mes filles, mais là je suis allée à la PMI et je suis scandalisée de voir que la puéricultrice est anti-allaitement. Je lui ai dis que je lui donnais 8-10 tétées par jour et elle m'a grondé, comme quoi je ne faisais que ça, qu'il fallait aussi penser aux 2 autres. Elle essayait de me culpabiliser par rapport à mes filles comme si j'étais une mère indigne. Elle m'a dit qu'il était trop gros alors qu'elle n'avait rien dit à une amie alors que son fils pesait plus. On n'est pas encouragé si les professionnels s'y mettent. Après, le médecin de la PMI m'a dit tout l'inverse. Mais j'ai une amie qui a très vite arrêté d'allaiter son enfant parce qu'elle suivait le programme donné par cette puéricultrice : tant de tétées par jour, 3 heures entre elles, alors que son enfant était en plein pic de croissance. C'est pour tout ça que j'ai préféré m'en remettre à moi-même. Après la leche league et les autres associations, ils ne pensent pas trop à la maman. On est un peu esclave de son enfant, c'est trop. Arrivé au 3e je fais la part des choses. En fait pour ma 1ere, j'ai fait selon mon feeling et ça c'était bien passé. Pour la 2e j'ai écouté la leche league et je l'avais tout le temps dans les bras, dans l'écharpe. Je lui donnais même le sein dans l'écharpe quand je faisais mes courses et je me suis aperçu que ça choque un petit peu. Il faut mieux le faire dans un rayon où il n'y a personne, parce que sinon on vous regarde avec des grands yeux. Ils doivent se dire qu'on est en Afrique, que c'est bizarre. [Rires] Pour la leche league, le co-sleeping c'est bien, j'avais donc la 2e dans le lit mais je donnais 10 tétées dans la nuit donc c'est exagéré. Pour le 3e j'ai évité ça. Plus grand, j'ai aussi arrêté de donner le sein dès qu'il pleurait car la 2e, elle avait longtemps le sein à la demande et elle est plus capricieuse. Par contre, je refais la même erreur qu'avant c'est-à-dire que quand il pleure pour s'endormir, je le remets un peu vite au sein où il s'endort à chaque fois. Alors des fois, je me rattrape car je ne veux pas retomber dans l'excès de la 2e… Ah oui, je voulais vous dire aussi que je me suis rendu compte que, quand vous êtes dans les galeries commerciales, il n'y a rien de prévu pour donner le sein dans un coin tranquille. Il y a encore un grand décalage avec les pays nordiques.
Moi : En fait chez ikéa, vous avez un coin nurserie avec un grand fauteuil.
Mme D. : Ah oui ! Mais ikéa c'est suédois. [Rires] En France, on n'est pas en avance là-dessus et ça n'encourage pas les mamans à allaiter longtemps. Je ne dis pas comme moi je fais, mais 6 mois c'est bien. Après 3 mois, les chiffres dégringolent, alors que c'est un moyen de faire des économies pour la Sécurité Sociale. Je ne comprends pas qu'il n'y ait pas plus d'effort, quand vous rencontrez cette professionnelle de la PMI, Protection Maternelle et Infantile, elle vous décourage. Heureusement, que j'étais à mon 3e enfant car pour le 1er j'aurais laissé tombé. L'allaitement prolongé devrait être valorisé, ce n'est que des avantages pour l'avenir, pour la santé de l'enfant et de la maman. On sait

bien que les mamans ont tendance à prendre du poids or ça engendre d'autres soucis de santé. Quand on voit l'ampleur du déficit, on devrait encourager bien plus l'allaitement prolongé. Quand je discute avec des mamans qui ont allaité plus que la moyenne, on est prise encore par des extraterrestres. Je me souviens d'une amie qui me disait mais tu ne trouves pas que ton enfant est trop grand, regarde quand tu lui donnes le sein ses jambes dépassent de toi ! Moi je ne trouve pas ça étrange, c'est toujours aussi merveilleux qu'au premier jour.
Moi : Tout à l'heure vous disiez que l'entourage n'est pas toujours aidant.
Mme D. : Bah, par exemple ma mère pour le 3e, elle m'a dit : tu as déjà les 2 grandes à t'occuper, si tu allaites, tu ne tiendras pas le coup, tu seras trop fatiguée. Alors oui, au début il y a beaucoup de tétées mais je me suis accrochée. De toute façon, je n'arriverai pas à lui donner de biberon. Je respecte complètement les mamans qui donnent le biberon mais pour moi c'est inconcevable. [Rires] Mon corps fabrique du lait, c'est naturel et c'est pour les enfants. Après j'ai été marqué par un reportage en Afrique où Nestlé faisait de la pub pour son lait en poudre. Ils expliquaient que les mamans arrêtaient d'allaiter et que les enfants mourraient à cause de l'eau contaminée dans les biberons. Voilà, ça m'avait beaucoup chagriné et rien que pour ça, je me disais que je n'achèterai pas de lait… Je me souviens d'une réflexion de mon oncle médecin, c'était avant que j'ai mes enfants. Il parlait d'une femme qui allaitait après 2 ans et il disait : vous vous rendez compte un grand comme ça avec ses dents et qui marche, elle a un trouble psychologique pour faire ça. Voilà les médecins qui disent ça je me dis bah bravo ! J'avais été surprise que ma tante, sa femme, ancienne infirmière, dise comme lui : c'est étrange, bizarre. Elle, pourtant, elle a allaité jusqu'à 8-10 mois dans les années 70, les années du biberon.

Moi : Autour de vous, vous avez eu d'autres femmes qui allaitaient ?
Mme D. : Ma maman n'a pas réussi. En fait, j'ai 2 tantes qui lui avaient dit c'est formidable, alors elle a voulu le faire pour sa 3e grossesse mais on était 2. Elle avait les 2 grands, le travail à la ferme, ce n'était pas simple avec des jumelles. Du coup, j'avais peut-être cette petite frustration de ma maman en tête et elle, elle avait peut-être peur que moi-aussi, je fasse un baby-blues à la naissance du 3e. Et en fait, ma sœur jumelle a accouché en même temps que moi et elle-aussi, elle voulait allaiter jusqu'à 2 ans et elle a dû le faire 15-16 mois. On partageait les mêmes idées sur l'allaitement, les couches lavables, les jouets en bois… J'ai retrouvé cette culture, cette mentalité chez d'autres mamans qui allaitaient longtemps : apporter le meilleur à son enfants, du bio, les choses les plus naturelles… après, les couches lavables, j'ai arrêté après la 1ere ! [Rires]
Moi : comment trouvez vous l'image de l'allaitement dans les médias ?
Mme D. : Alors je ne regarde plus trop la télé mais dans les magazines, ils disent que l'allaitement c'est ce qu'il y a de mieux. Après, ils font plein de pubs pour le lait infantile, les biberons. Souvent, ils disent qu'un bon biberon vaut mieux qu'un mauvais allaitement et que ce qui compte, c'est que la mère choisisse. Mais à la maternité, j'étais étonné du nombre de mamans qui donnaient le biberon dès la naissance. Elles ne veulent même pas essayer, même pas pour donner le colostrum. Pourtant c'est connu que c'est très important pour les anticorps. Il y a la peur des crevasses, comme ils en parlent dans les revues, peut-être que ça décourage les mamans. Dans les pays nordiques, je ne pense pas non plus qu'on le cache aux mamans, c'est peut-être grâce aux associations…
Moi : Aux professionnels ?
Mme D. : Bah oui la formation des professionnels, c'est vrai que dans les associations, ils se plaignent souvent que le personnel n'est pas assez formé. Après, moi, j'ai choisi ma maternité car elle avait bonne réputation pour l'allaitement. Après, j'ai quand même vu une amélioration entre les grossesses à la maternité. Ma sœur, elle a eu de très mauvais conseils et comme sa fille ne prenait pas assez de poids, ça embêtait le personnel qu'elle veuille à tout prix allaiter. Ils donnaient même en cachette des compléments au bébé. Oui, il faudrait vraiment qu'il y ait une vraie démarche vers l'allaitement. Moi je suis très fière d'être une mère allaitante et tout s'effondre en arrivant dans cette PMI… J'ai essayé de discuter, mais cette personne ne m'écoutait même pas et je pense que formation ou pas, pour elle, l'allaitement ce n'est pas bien. Je discutais avec des mamans et plusieurs s'en sont plaintes. Une m'a dit qu'elle lui mentait sur le nombre de tétées, l'autre l'avait écouté et

laissé pleuré son bébé pendant 2 heures car il ne fallait pas donner de tétée la nuit. Résultat : elle avait dû voir son médecin en catastrophe car son bébé préma perdait du poids. Le pire, je trouve, c'est de faire plus de mal que de bien.
Moi : Bien, passons au 2e thème : la santé.
Mme D. : Alors l'allaitement, c'est important pour la santé. Après, je fais également attention à choisir des bons légumes, pas que du bio mais j'évite le bas de gamme. Par contre, quand j'allaite moi, je me lâche complètement, je mange bien, même très bien, je mange tout ce qui me fait envie. Je me fais souvent un petit goûter avec du chocolat, du café décaféiné ou du thé déthéiné.
Moi : Tabac, Alcool ?
Mme D. : Ah non ! Justement, moi, je ne supporte pas de voir une maman enceinte en train de fumer. Je sais qu'il faut être tolérant mais je ne comprends pas, je me dis qu'on fait du mal à l'enfant. Je trouve ça profondément égoïste et c'est à l'opposé de ma démarche, moi, je veux donner que le meilleur.
Moi : Avez-vous dû prendre des traitements pendant tout ce temps ?
Mme D. : A part, la pilule microval, spécial allaitement, non, je ne crois pas. Je n'ai pas eu de soucis de santé. Après, pour l'allaitement, quand il y a des difficultés je m'accroche. C'est vrai qu'au tout début, l'allaitement c'est très difficile. Je crois qu'il faut avoir un peu de courage et de volonté. Heureusement j'avais mon mari qui m'aidait, enfin surtout pour le 1er… Après, moi, je me donne complètement à l'enfant, alors c'est un peu dur pour le mari, il ne trouve pas toujours sa place. Je lui ai dit que c'est une question de patience mais au moment du pic de croissance, mon fils était beaucoup au sein et là, mon mari ne le supportait plus. Après, c'est vrai qu'il revient le soir, c'est toujours le moment des pleurs. C'est là où mon fils a le plus besoin de moi mais dans la journée j'arrive à faire plein de choses. Mon mari, ça le chiffonne un peu que je sois plus maman qu'épouse et puis ça revient dès que les tétées sont moins nombreuses… Ça a été dur avec ma 2e car elle tétait beaucoup et se réveillait la nuit jusqu'à ses 26 mois. On a même consulté un pédopsychiatre pour lui faire comprendre que papa et maman avaient besoin de dormir, qu'on n'était pas à disposition et ça a très bien marché. Au bout d'une semaine, elle faisait ses nuits. C'est aussi pour ça que je ne veux pas de nouveau instaurer cette relation avec mon bébé. On apprend avec les erreurs.

Moi : Un petit mot sur les vaccinations ?

Mme D. : Alors contrairement à certaines de mes amies, moi je n'ai pas d'a priori par rapport à ça. Moi, je me dis qu'on a fait beaucoup d'avancées de ce côté-là et je ne voudrais pas revenir au Moyen-âge avec des maladies qui avaient disparu et que l'on voit revenir. Non, les vaccins c'est important. J'ai même fait celui de la grippe H1N1, bon c'est vrai qu'après j'ai un peu regretté car il n'était peut-être pas indispensable celui-là. Ne pas faire vacciner ses enfants, ce n'est peut-être pas suicidaire mais ce n'est pas raisonnable en tout cas. Moi, j'ai été vacciné et je suis en pleine santé. Je ne vois pas d'inconvénients, bien au contraire.

Moi : OK, autre point c'est le recours aux soins, aux médecins…

Mme D. : Pour les enfants, au début, c'était pédiatre mais il est parti en retraite et puis ça faisait un peu de route donc ce n'était pas simple. Je trouve que le médecin traitant fait bien son travail enfin surtout le nouveau. Oui, on en a changé pour les enfants car avec l'ancien, c'était toujours très expéditif. Moi, c'est vrai que je n'ai pas eu besoin depuis longtemps mais mon mari, lui, il a eu un gros souci de santé car il a fait une pneumonie. Il est resté agonisant tout le week-end car elle ne répondait pas à son téléphone. Elle lui a dit après qu'il l'avait échappé belle car c'était limite de l'hospitaliser. Après ça, on a préféré changer car quand on a des enfants en bas-âge, c'est mieux que le médecin soit disponible. Après, je sais que l'on peut aller aux urgences ou à la maison de santé de garde mais ça, on évite. On y est allé un dimanche pour la grande vers 20 mois, elle vomissait toutes les nuits et on était éreinté avec la petite que j'allaitais, une inflammation du sein, les rhumes qu'elle nous ramenait de la garderie. Bon après, on se disait que ça pouvait être dû à la naissance du bébé

aussi. Là bas, on nous a dit que c'était peut-être un RGO et notre médecin a dit « ah oui c'est vrai qu'elle en faisait quand elle était petite ». Mais ça, elle ne me l'avait jamais dit, moi, c'était ma première, je pensais que c'était juste des régurgitations. En plus, c'était dur car on n'est pas aidé dans ces moments-là. Je devais m'accrocher pour donner le sein car les gens, ils disent toujours « mais pourquoi tu continues, mais arrête, t'es trop fatigué, tu vas craquer, tu ne vas pas y arriver... ». C'est peut-être pour ça, par vengeance, que je l'ai allaité pendant 3 ans. [Rires]

Moi : Je me disais que vous aviez quand même dû consulter pour la pilule... Vous parliez allaitement alors ?

Mme D. : Oui, je me souviens même que, quand je demandais l'autorisation de rester dans la salle d'attente pour allaiter, il me disait : très bien, faites de la pub pour l'allaitement maternel ! C'est vrai qu'on ne voit pas beaucoup de maman allaiter comme ça, mais moi, je n'ai jamais eu de problème avec ça. Après, j'ai remarqué que ça peut gêner la personne en face. C'est vrai que pour l'anniversaire de l'aînée, j'étais en grand décolleté, bébé au sein. Et les parents des petits copains, bah, ils ne savaient pas trop où regarder. Pourtant je me dis qu'on voit des gens bien plus dénudé à la télévision mais moi c'est peut-être que je suis en chair et en os. Bon, dans ces cas là, je vais chercher une écharpe pour cacher. Mais je pense que c'est parce que ce n'est pas assez répandu que les gens sont gênés. Moi, je me suis vue le faire dans le parc, à la sortie de la gym et là, les mamans, elles riaient bêtement en me voyant donner le sein debout sur le parking. En toutes circonstances, s'il y a besoin moi, je fais. Bon alors, c'est peut-être une mauvaise publicité que je fais, car il y en a toujours pour penser que ce n'est pas bien de s'exhiber comme ça... Après ça dépend des gens mais c'est vrai que plus il est petit moins les gens sont gênés, là ils trouvent cela naturel ; après 7-8 mois comme le mien, ça commence à être bizarre. Je me souviens de mon voisin qui m'avait interpellé, il me demandait « mais pourquoi tu continues, c'est quoi ce besoin ? » J'avais une amie qui n'a pas réussi ses allaitements et qui riait de moi car j'allaitais longtemps mes enfants. Moi, je lui ai dit que j'avais dû être papou dans une autre vie et elle m'a répondu « oui mais nous, nous sommes dans un monde civilisé, ton enfant il a tout ce qu'il faut en alimentation... » Je trouve quand même qu'il y a plus de tolérance devant une maman qui donne le biberon que pour une maman qui allaite longtemps. Par contre, j'ai lu un article qui disait que dans les pays nordique, c'est l'inverse. Donner le biberon c'est mal vu pour les petits et je ne suis pas d'accord avec ça non plus. On doit laisser le choix, on ne doit pas pointer du doigt les mamans qui donnent le biberon ou qui allaitent. Elle se moquait de moi quand j'expliquais que c'était aussi un moment de tendresse. Mais peu importe les regards, les moqueries, moi, je continue.

---

39 ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain
3 enfants : l'ainée 6 ans a été allaitée près de 16 mois, la 2^{e} de 4 ans pendant 3 ans et l'allaitement du dernier de 8 mois se poursuit.
Hôtesse de l'air, en congés parental

Entretien n°5 : Mme E.

Contexte : J'ai rencontré cette maman lors d'un remplacement en médecine générale. En remplissant le certificat des 2 ans de sa fille, j'ai alors appris qu'elle élevait seule sa fille qui était toujours allaitée et n'avait reçu aucune vaccination. Cette maman très réservée me reçoit chez elle en septembre 2013 pour un entretien de 30 min, sa fille est sur ses genoux, attentive, sage comme une image.

Mme E. : Moi, en fait j'ai été allaité par ma mère pendant 1 an. Donc j'avais déjà cette idée en tête que c'était bien. A la base, je croyais que c'était normal jusqu'à 1 an et je ne savais pas qu'après ça se prolongeait, qu'il y en avait qui tétait jusqu'à 5 ans j'ai vu sur internet... Je ne savais pas du tout, du coup j'étais partie pour allaiter ma fille jusqu'à 1 an, et après c'est elle qui a continué en fait... J'avais arrêté à peu près en même temps la tétée du midi et du goûter et ça s'est bien passé. Après, il y a eu celle du soir qu'on a arrêté. Et celle du matin, c'est moi qui ai arrêté. En fait, j'étais encore très fatiguée, un peu carencée. J'ai pris des compléments alimentaires en fait, mais j'étais encore fatiguée. Alors j'ai décidé d'arrêter en juillet.
Moi : Ah oui, alors c'est tout neuf ! Et c'était à partir de quel âge que vous avez commencé à diminuer ?
Mme E. : Euh assez tard, je ne me rappelle plus... et après, c'est resté longtemps la tétée du matin.
Moi : Ah d'accord, et la diversification vous aviez commencé à quel moment ?...6 mois ?
Mme E. : … Euh non un peu avant, vers 4 mois. Elle avait envie de manger, elle commençait à attraper dans les assiettes...
Moi : Et si c'était à refaire ?
Mme E. : Je ferai pareil je pense... après cumuler travail et allaitement, je ne sais pas trop. Là, je sais que je n'aurais pas pu le faire en travaillant.
Moi : Physiquement ?
Mme E. : Physiquement et même gérer le planning. J'aurais dû faire des heures sup pour rattraper et ça, je n'aurais pas pu... Ça aurait été beaucoup plus difficile... Après, j'avais un travail où il n'y avait que des personnes autour de la cinquantaine, alors pour allaiter eux c'était le biberon alors ils n'auraient pas compris.
Moi : Ça vous ait déjà arrivé que quelqu'un vous dise quelque chose parce que vous allaitiez ?
Mme E. : … Non, en fait je ne le disais pas de trop. Ou les personnes à qui je l'ai dis m'ont dit que c'était bien. Ce n'était que des gens que je connaissais bien...
Moi : la famille, votre médecin ?
Mme E. : Oui... je n'en parlais pas beaucoup. Je me suis rendue compte que ça ne servait à rien d'essayer de dire aux autres ce qui est bien à faire pour eux...
Moi : Oui, donc c'est resté entre vous 2.
Mme E. : Oui, c'est naturel comme ça... J'ai ma tante, qui est assez vieille, qui m'a dit qu'à l'époque on disait « le biberon, c'est meilleur » et d'office ils donnaient le biberon. Il n'y avait pas de question à se poser car c'était meilleur que le lait, bon après, elle a 70 ans.
Moi : On dirait une pub !
Mme E. : … [Sourire]
Moi : et justement par rapport à ça, vous trouvez qu'on parle un peu de l'allaitement dans les médias ?
Mme E. : Ah oui, d'ailleurs c'est recommandé jusqu'à 6 mois par l'OMS et même un peu plus je crois. C'est mieux pour l'enfant... Quand j'étais enceinte, j'ai lu des choses là-dessus...
Moi : Vous aviez dû alors voir des pubs pour le biberon ?
Mme E. : Oui c'est vrai, il y en a beaucoup. Mais j'avais déjà mon idée fixée là-dessus... Après, à l'hôpital de Saint-Nazaire, où j'ai accouché, ils ont un label je crois, ils favorisent vachement l'allaitement. Après la césarienne, ils me l'ont mise sur moi. En fait, elle était dans les bras de ma mère et elle essayait de téter.
Moi : La césarienne c'était prévu ?

Mme E. : Oui parce qu'elle était à l'envers... en siège. Ils m'ont aidé mais par contre une fois, en la mettant au sein, ils lui ont plaqué la tête et après elle tournait la tête dans tous les sens et j'avais du mal à l'allaiter. Après ça, elle ne trouvait plus le sein alors que naturellement elle le trouvait avant. C'est en regardant sur internet après, que j'ai vu que ça pouvait les bloquer. Ça a duré un petit moment quand on est rentré à la maison.
Moi : Du coup votre maman était bien présente, elle vous soutenait ?
Mme E. : Oui, en fait c'est juste moi qu'elle a allaitée autant. J'ai 2 frères jumeaux avant moi et elle était obligée d'alterner biberons et tétées car ça faisait beaucoup. Et après pour ma sœur comme elle trouvait ça dur d'allaiter tout le temps, elle lui a donné un biberon le soir...
Moi : D'accord. Et vous, est-ce que vous allaitiez au parc, ou en public ?
Mme E. : En public, je n'aime pas ça, je suis gênée et donc ça la gênait elle-aussi pour téter. Donc c'était au calme à la maison. Même si c'était des amis, j'allais dans une autre pièce... Je n'étais pas à l'aise sinon.
Moi : Et aujourd'hui dans la société, comment est-ce que l'allaitement est perçu ?
Mme E. : Je pense que c'est bien vu, en tout cas bien plus qu'avant. Ça a fait son chemin depuis ma tante... j'ai une amie qui allaite et pour elle aussi, c'était naturel comme ça. En plus, pour la santé c'est meilleur car j'ai lu qu'on leur donnait de l'immunité en donnant nos anticorps à l'enfant. C'est important aussi. Je pense qu'elle était moins malade par rapport à d'autres enfants. Mon neveu qui a été un tout petit peu allaité, lui, est beaucoup plus malade.
Moi : Et pour vous, c'était bénéfique aussi ?
Mme E. : Oui je pense... On donne une part de nous à l'enfant.
Moi : Alors quand on s'est rencontré, on avait dû parler vaccination je crois...
Mme E. : Alors oui, elle est rentrée à la crèche en septembre alors j'ai dû la faire vacciner juste avant. Elle a eu son premier vaccin il y a quelques semaines parce qu'il était obligatoire.
Moi : Et les autres, vous pensez les faire ?
Mme E. : Dans le DTPolio, il y en a déjà 5. À la pharmacie, on m'a dit qu'il n'y avait pas le choix car il n'existe pas tout seul. Du coup, je me suis retrouvée avec DTPolio, coqueluche et...
Moi : Haemophilus...
Mme E. : Donc en fait, il y en a 5 d'obligatoire... Il y a encore 1 injection dans 1 ou 2 mois et encore une autre dans 6 mois et une 4e avant l'entrée à l'école je crois... Les autres, ils ne sont pas obligatoires donc je ne suis pas obligée ni pour la crèche ni pour l'école.
Moi : Ça aussi, ça fait longtemps que vous pensiez à ne pas faire les vaccins ?
Mme E. : Oui, en fait c'est que j'ai été malade avec les vaccins. Il avait fallu me faire des vaccins allégés, enfin... moins dosés. Alors pour ma fille, j'attendais qu'elle soit plus grande...
Moi : Ok, et alors cette rentrée à la crèche ?
Mme E. : Ça s'est bien passé, elle n'a pas pleuré. Au départ, elle ne me lâchait pas, puis la dame l'a prise dans les bras pour aller lire un livre et j'ai pu partir. Elle ne va pas encore beaucoup vers les autres mais ça commence.
Moi : Elle commence à discuter avec les autres enfants ?
Mme E. : Non, elle ne parle pas encore aux autres. Elle me parle à moi, à ma mère mais c'est tout...
Moi : Au niveau médicaments, est-ce que vous avez dû prendre quelque chose pendant cette période d'allaitement ?
Mme E. : … j'ai pris les compléments alimentaires. J'ai juste eu des petits rhumes, c'est tout... On voyait le médecin pour le suivi de ma fille, elle disait que c'était bien l'allaitement. Elle insistait pour qu'elle ait assez de lait par l'allaitement et les yaourts... J'ai dû voir un dentiste une fois, il m'avait prescrit quelque chose, mais à la pharmacie, il ne savait pas si je pouvais le prendre en même temps que l'allaitement alors je ne l'ai pas pris.
Moi : Vous n'aviez pas dit au dentiste que vous allaitiez ?
Mme E. : Non, je ne crois pas. A la pharmacie, ils le savaient à cause des compléments. Mais bon, ce n'était pas quelque chose de grave.
Moi : … tabac, alcool ?
Mme E. : Bah, je ne bois pas et je ne fume pas...

Moi : oui, donc la grossesse et l'allaitement ne vous ont pas posé de soucis pour ça ! Au niveau contraception ?
Mme E. : Pour le moment je n'en ai pas besoin et pour après j'ai une prescription pour un stérilet.
Moi : Et bien, très bien, pour finir, aimeriez-vous faire passer un message ?
Mme E. : … Bah il faudrait essayer déjà l'allaitement pour voir si ça se passe bien. J'ai vu que les mamans africaines allaitaient jusqu'à 4-5ans et on trouve ça normal par rapport à chez nous, où ce n'est toujours pas normal d'allaiter autant.

---

27 ans, mère célibataire sans contact avec le père de l'enfant.
1 fille sevrée depuis peu à 2 ans ½.
BTS modéliste, 3 ans d'expérience mais n'a pas trouvé de poste dans la région.

Entretien n°6 : Mme F.

Contexte : Au cours de l'été 2013, lors d'un remplacement en médecine générale, j'ai rencontré cette maman qui consultait pour son dernier enfant. Elle se souvenait m'avoir rencontrée quelques années plus tôt alors que j'étais interne et m'a demandé le sujet de ma thèse. Nous en sommes donc venus à parler allaitement prolongé et elle a accepté avec enthousiasme de me recevoir chez elle en septembre pour un entretien d'1h10. Son mari en congé maladie se trouve quelques pièces plus loin.

Moi : Avant de venir vous voir, je suis passée au cabinet. Comme j'ai vu votre médecin traitant, je me suis permis de lui dire que je venais vous voir. Et là, il m'a regardé et il m'a affirmé que vous n'allaitiez pas, ou en tout cas, pas aussi longtemps que ça.
Mme F. : Ça ne m'étonne pas. [rires] Je suis sûre qu'il est très surpris. Bon, c'est vrai que 13 mois, on ne peut pas dire que je ne l'ai pas allaité, mais je ne suis pas surprise car on n'en a jamais trop parlé. On est d'ailleurs, je crois, que l'on est bien plus nombreuses que ce qu'on pense. C'est vrai que lorsque l'on parle allaitement on trouve de tout. Ceux qui sont très favorables, j'ai une amie qui a fait bien plus que moi jusqu'à 18 mois son 4e. Et puis, on a ceux qui disent les premiers mois : « tu allaites, c'est bien » ; à 6 mois : « mais tu allaites encore ! » Et à 12 mois qui te balancent : « non mais tu vas l'avoir comme ça jusqu'à 18 ans ! ». Je résume, mais on réagit différemment aux regards des autres, du coup on en parle plus ou moins, on le fait plus ou moins devant les autres. Alors tout le monde n'est pas au courant et puis l'entourage joue pas mal. C'est sûr, l'entourage fait beaucoup, j'ai eu 3 garçons et je n'en ai allaité que 2.
Moi : Pour votre aîné, ça n'a pas pu se faire ?
Mme F. : Après l'accouchement, en fait, j'étais très très douloureuse. Je méconnaissais complètement l'allaitement, la grossesse. Pas de péridurale, des points, des infiltrations car la douleur était très intense. Je suis sortie au bout de 2 semaines de la clinique et je devais encore y retourner pour des infiltrations. Du coup, j'ai carrément écarté la piste de l'allaitement laissant mon mari tout gérer : les bains, les biberons... L'allaitement dans tout ça, ça ne m'est pas venu à l'idée avec ma mère, ma belle-mère, qui n'avaient jamais allaité. Je pense que dans un autre cadre, ça m'aurait tenté, je m'étais dit pourquoi pas, et puis il y a eu l'accouchement et là pas du tout... trop mal ! J'étais pas du tout prête à me donner alors que j'étais dans la douleur et du coup ça a été quelque chose de frustrant après.
Moi : Du coup l'envie d'allaitement c'est venu après ?
Mme F. : oui, alors déjà, quand on m'a dit que je pourrais avoir d'autres enfants, j'ai été très contente et c'est vrai que pour le 2e j'y pensais vraiment. J'avais commencé à regarder, à lire, à demander à des copines... mais en fait, elles étaient très rares, c'était plus par l'intermédiaire de mamans de l'école. Et puis le 2e est né en césarienne en urgence et transféré en réa aussitôt. Là, à la clinique, ils m'ont demandé si je voulais allaiter. Sachant que mon bébé était au CHU, moi, je voyais pas comment faire, alors on m'a dit « bah voilà, ça : c'est le tire-lait ! ». En réa, on nous a bien expliqué que de toute façon, il aurait du lait maternel et que si ce n'était pas le mien, ça serait celui d'une autre maman. Alors déjà que je ne pouvais déjà rien faire pour lui, je voulais au moins faire ça. Les sages-femmes et les puéricultrices ont bien joué le jeu avec moi, car entre la césarienne et l'absence du bébé, ce n'était pas facile mais j'ai bien eu les montées de lait et tout ça. Et puis après, c'est avec la PMI qu'on a continué à la maison. La puéricultrice m'a énormément aidé avec un bébé qui ne savait pas téter qui refusait d'être allaité après avoir été intubé. Elles me rassuraient disant que c'était souvent comme ça, qu'il fallait qu'on fasse connaissance. Là, le peau-à-peau ça a été magique. Même s'il était appareillé, c'est comme s'il m'était revenu... et puis le petit dernier est né également en césarienne en urgence, transféré en réa, et là pour l'allaitement, je ne me suis pas posée la question.
Moi : Ils n'avaient pas préféré que vous accouchiez au CHU après tout ça ?
Mme F. : Bah en fait, à la clinique, ma gynéco avait programmé la césarienne. J'ai demandé s'il n'y avait pas de risque que ça se reproduise, on m'a dit que c'était juste de la malchance... et évidemment pas de bol, césarienne en urgence, et quand j'ai demandé à être transférée au CHU, ils n'avaient plus de place. Donc de nouveau séparation, mais pareil, très bien accompagnée en réa pour

l'allaitement. Je suis toujours très épatée du professionnalisme des filles, elles sont mamans aussi et elles savent amener les choses. Elles sont rassurantes, elles savent nous dire qu'il ne faut pas culpabiliser que si besoin, il y a le lactarium... On se retrouve là avec toutes ces mamans qui ont des parcours différents à se dire « bah, ça sera au moins un atout pour le bébé... ». Ce qui aide aussi, c'est la PMI quand elle passe. Ça s'est fait et je suis très contente de l'avoir fait. Et s'il y avait eu un 4e, je l'aurais refait sans me poser aucune question. Je pense même que ça aurait été avec de plus en plus d'aise. Maintenant, c'est d'autres mamans qui m'appellent en me disant : « on n'en peut plus, on est fatiguée, il pleure et il faut le mettre au sein toutes les 2 heures ». Et oui, c'est ça aussi l'allaitement. On n'a pas toujours la chance qu'il fasse ses nuits rapidement... Et puis, il y a les engorgements. La première fois on ne sait pas, on laisse venir... et puis, quand on ne peut même plus baisser les bras, on appelle à l'aide... la première fois, j'étais à la clinique, et quand je leur ai demandé, on m'a dit que j'aurais dû appeler, mais moi, je ne savais pas. C'est vrai que ça peut être le reproche dans les maternités, c'est un manque de temps, un manque de prévention mais l'engorgement, on se le tape toutes, et qu'est-ce que ça fait mal ! Il y a même une des puéricultrices qui m'a même dit : « bah mettez-le au sein... ». Et puis ça, c'est le côté négatif, quand on n'a pas le bébé à côté, avec l'appareil, ça fait un peu vache-à-lait. Et puis, on sait bien vous le dire, les copains, la famille : « ah t'as ta trayeuse... », ça me passait vraiment au-dessus tout ça.
Moi : Mais, vous les avez récupérés à quel âge vos bébés ?
Mme F. : Le 2e au bout de 15j, et le 3e, on l'a récupéré après 1 mois ½. Oui, pendant tout ce temps-là, je me levais la nuit pour tirer mon lait, comme si c'était l'heure. J'avais un truc à lui et lui avait quelque chose à moi... Ça a très bien marché, après j'ai tout fait pour que ça marche. Ce n'était pas une contrainte. Et même au niveau de la famille, les enfants l'ont très bien vécu aussi. [Rires] Une fois, l'aîné avait répondu au téléphone à la banquière : « bah, maman, elle est en train de traire son lait ! ». Après, il y en a d'autres qui l'ont vécu et au lactarium, elles sont vraiment là pour nous aider, très compétentes, elles donnent pleins de conseils. Et puis, quand la motivation est là, il n'y a pas de raisons... je me souviens d'un médecin en réa qui me donnait des conseils pour mon alimentation pour que le bébé n'ait pas trop de coliques. Il s'occupait autant de moi que du bébé, plein d'empathie pour moi, il me disait : « ce n'est pas grave, s'il n'y a que ça dans le biberon, il aura déjà ça, on va attendre. ». Après, la difficulté pour notre 3e, c'était qu'il avait perdu le réflexe de succion après avoir longtemps été intubé. Au début, il avait un rejet de tout ce qu'on apportait à la bouche. Mais après quelques jours, avec la kiné, il a bien pris le sein. En fait, c'était la condition pour rentrer à la maison. Il fallait être sûr que l'allaitement soit possible car entre la sonde naso-gastrique et le sein, ce n'est pas la même technique. Et puis, ils vérifiaient que le lien se fasse entre nous, car en fait, on les porte peu, ils sont branchés de partout et c'est eux qui nous les donnent. Ils nous disent qu'il ne faut pas se focaliser sur les machines mais ça bippe tout le temps. C'est là que le peau-à-peau aide le bébé mais aussi les parents, car moralement c'est dur. Depuis, je le garde en écharpe... c'est des moments très importants... Dès qu'il est passé en soins intensifs, ils m'ont demandé de rester la nuit avec lui. Ça a été un vrai échec, il trémulait car il faisait un sevrage sur morphine, c'était très impressionnant. Alors on a dit qu'on attendait un peu et on a fait la mise au sein avec l'équipe et on y est allé progressivement. Il fallait que bébé se sente en confiance, que moi je sois à l'aise et pas trop stressée de lui faire peur. Après la mise au sein, c'était dès que possible, au début pas longtemps car très essoufflé et puis tous les jours un peu plus. On nous disait « dès que vous sentez qu'il a envie, il ne faut pas se poser de questions ». Toutes les 2h, toutes les 10 min... Vous faites comme ça vous convient, on ne vous dira rien. En se sentant libre avec son bébé, ça se fait tout seul. C'est vrai qu'en soins intensifs, on est déjà beaucoup plus libre par rapport en réa où elles sont toujours avec nous. Là, on commence à faire la toilette, on a vraiment le rôle de maman et c'est ça qui fait le plus peur en fait.
Moi : enfin c'est quand même des conditions extrêmes pour faire connaissance !
Mme F. : [rires] Oui j'avoue... Mais pas de problème pour la mise au sein. On découvre après les positions qui sont favorables pour allaiter, moi, c'était ventre contre ventre ou alors allongée lors de la sieste, les autres je n'adhérais pas, car je n'étais pas à l'aise. Après, à part l'engorgement pour mon 2e mais on apprend et après on fait attention. Après, c'est aussi l'habillement qui compte... Ça paraît

bête, mais je ne me voyais pas m'exposer surtout au premier bébé. Par exemple avec mes beaux-parents, et pourtant je m'entends très bien avec eux, j'avais mon intimité. Je ne suis pas quelqu'un de grandement pudique mais là, je ne me sentais vraiment pas à l'aise et je sentais que s'ils venaient dans la chambre je devrais leur dire de sortir. C'est pas très cool quand les gens viennent voir le bébé. Et en observant ce qui se faisait autour, je me suis rendu compte qu'en soulevant par le bas, c'était très discret et que personne ne voit rien. Moi, je pensais au T-shirt d'allaitement où tu dégrafes tout, c'est pratique mais tu dégrafes vraiment tout. Pour le 2e, quand la famille venait, je partais en disant je reviens dans 20 min voire ½ heure... et après, je me suis dit que ce n'était pas correct. Alors j'ai adopté les T-shirts un peu lâche et de là, j'ai pu allaiter partout. En plus, c'est des bébés d'hiver donc il y avait toujours en plus la couverture. Bon, je voyais bien que parfois, il y a des gens que ça gênaient. Des regards qui insistent, les regards qui fuient... Moi, j'étais plus à l'aise, j'ai appris à le faire et discrètement même dehors, aux réunions de l'école, j'étais derrière et même mon mari ne s'en rendait pas compte. [Rires] Je l'ai fait aussi une fois avec l'écharpe et rien ne s'est vu. C'est l'avantage avec l'allaitement, il n'y a rien à préparer, c'est génial... Après, ça m'est arrivé de préparer des biberons en me disant, si jamais il m'arrive quelque chose, comme on n'est pas toujours très chanceux ! [rires] Voilà qui pourra lui donner s'il m'arrive quelque chose, et puis ça le préparait à la crèche et comme ça les grands frères avaient aussi leurs petits moments avec lui. Bon, par contre, pas de tétine. Les 2 que j'ai allaités, n'en ont pas voulu alors qu'il la propose en soins intensifs. Oui en fait, c'est presque systématique si les bébés pleurent, pour ne pas qu'ils s'essoufflent. Alors j'ai insisté un peu, alors que je me voyais déjà me lever la nuit pour lui remettre, et puis non finalement...
Moi : Il y a beaucoup de mamans qui allaitaient ?
Mme F. : Je dirais plutôt qu'il y a beaucoup de mamans qui n'allaitent pas. C'est vrai qu'on les repère au tour de poitrine. [rires] C'est un choix que je respecte aussi, ça peut paraître un peu bestial sans le bébé. Il y a un cap à passer mais on est surpris par nos ressources intérieures. On a eu la chance d'être bien entourés, enfin surtout en réa. En maternité, pour l'aîné, je n'ai pas le souvenir qu'elles soient venues vers moi pour ça. Je comprends aussi que mon état les préoccupait et après j'étais tellement contractée que je n'aurais pas réussi. Pour les suivants, j'ai pas eu d'échanges avec eux, je pense que c'est parce que je n'avais pas le bébé avec moi. Alors on m'a ramené tout ce qu'il faut pour le tire-lait et on venait chercher le lait mais c'est tout. On m'a dit d'appeler si j'avais besoin d'aide, mais c'était purement technique.
Moi : et malgré cela, un allaitement qui s'est prolongé ?
Mme F. : Ah oui ! Pour le 2e, j'ai fait 6 mois. J'ai arrêté, car on m'a dit que s'il ne faisait pas ses nuits c'est parce que je l'allaitais encore et qu'il fallait le laisser voler de ses propres ailes. J'ai écouté ce qu'on m'a dit, on a diminué alors que je reprenais mon activité à temps plein. C'était une période de transition pour tout le monde et ça s'est fait tout naturellement. Mais quand j'ai arrêté, je me disais que j'aurais bien continué un peu quand même. Pour le 3e, j'étais très tenace, oui, très coriace. J'ai repris mon activité quand il avait 9 mois et j'allais tous les midis au lactarium. Mes collègues médecins me regardaient partir avec mon sandwich en me disant à tout à l'heure. Mais c'était la vraie pause, je lâchais le boulot des urgences. Je me disais, je vais au lactarium rien que pour moi, enfin surtout pour le bébé. Et puis je faisais le transfert avec la crèche. Je n'ai eu aucun problème avec la crèche, ils ont tout de suite accepté. Ils étaient même épaté de la réserve que j'avais. Il faut dire que j'avais pris le pli et tout ce que j'avais en surplus, je le congelais.
Moi : Vous avez repris à plein temps ?
Mme F. : Non, j'ai complètement réduit, je suis passée à 50 %. Psychologiquement, j'avais vraiment besoin de ne pas reprendre à plein temps. Je sentais que c'était nécessaire avec tout ce que l'on avait vécu, même si ça se finit bien. Il y a eu des moments difficiles, des moments de doutes et j'avais besoin de me reconstruire. Dans nos métiers, on pense toujours aux autres et là, je pense un petit peu à moi, à ma famille. Je relâche et finalement je m'en trouve bien. Ça m'a permis de continuer l'allaitement, de me reposer, et ça, c'est nécessaire pour l'allaitement, surtout avec les 2 grands qui sont là derrière. Si c'est pour avoir une maman fatiguée, grognon, dépressive, c'est nul... Moi, je suis en pleine forme, j'ai encore envie de faire des activités après l'école. À mi-temps, je peux me permettre de faire des siestes sans culpabiliser et d'être fraîche pour tout le monde. Voilà, j'ai

continué comme ça et j'ai redonné le tire-lait il y a peu de temps finalement.
Moi : OK, et il y a aussi une démarche santé dans tout ça ?
Mme F. : Oui c'est sûr, si on prescrit du lait maternel à un bébé c'est bien que ça compte ! On l'aide à se renforcer un peu plus. Un bébé élevé au biberon il sera très bien aussi, mais... Et c'est ce « mais » moi qui m'a décidé. Ça a quand même été des césariennes en urgence, réanimés tous les 2, séparés plusieurs jours, c'est pas simple quand même... Pour le dernier, j'ai eu des complications avec ma césarienne et je n'ai pu le voir qu'après 5 jours, donc avec l'allaitement je me disais que je gardais le lien. Ils ont quand même subi des choses difficiles, si je peux leur apporter un peu de tendresse, d'affectivité, un peu de lien pour les aider à grandir. C'est pas grand chose mais je le ferais ! On est maman et dans ces cas-là, c'est vrai qu'on devient surhumaine. J'aurais tout fait pour qu'ils puissent vivre, tout donner pour eux. Je ne me suis pas posée de questions. Faire la navette tous les jours [90km aller-retour] c'est rien et je le referai. Et je me disais « si j'en ai de trop, je le laisse au lactarium pour que d'autres bébés puissent avoir la chance d'en avoir ». On le fait toutes en tant que maman quand on est prête... Après 2 bébés en difficulté, je me disais ce n'est pas normal. On ne boit pas, on ne fume pas, on fait du sport, on fait gaffe à notre alimentation, on a un rythme de vie correct... On se dit pourquoi, pourquoi il trémule ? Pourquoi il a des problèmes respiratoires aussi importants ? Et c'est vrai que je revois ces mamans, quand on descend de la réa, qui sont enceintes et qui fument... Et un jour, on était désespéré, on venait de nous dire qu'il le mettait dans le coma car au niveau cardio, il n'était pas stable et que ça n'allait vraiment pas... J'ai vu une maman ronde qui était sous perf et qui a dit : « je me suis échappée car je n'en pouvais plus et qu'il fallait que je fume ma clope... ». Moi, je descendais prévenir papa pour lui dire qu'on risquait de le perdre et là, je n'ai pas pu m'en empêcher... Elle a pris tout mon désespoir sur elle... et elle a écrasé sa clope. Je suis vraiment pas comme ça d'habitude... Je souhaite vraiment que son bébé aille bien mais là ce n'était plus possible.
Moi : Et d'avoir prolongé l'allaitement de votre 3e, c'est par rapport à tout ça ?
Mme F. : C'est surtout un cheminement. L'histoire y fait, mais même s'il avait été en bonne santé, je l'aurai fait, et si j'avais pu continuer encore un peu, je l'aurai bien fait. Lui, voilà, aujourd'hui, c'est fait mais s'il avait réclamé, j'aurais continué.
Moi : comment s'est passé le sevrage de votre dernier ?
Mme F. : En fait, c'est surtout le regard des autres qui fait. C'est même le propre regard de ma maman. Elle n'a jamais allaité et ce n'est vraiment pas quelque chose de culturel de son côté. Ma mère, mes tantes, elles me disaient « ah oui, 3 mois c'est bien... ». Mais après on fait passer le message qu'il est temps d'arrêter. Moi, je n'avais pas trop envie, je gardais la tétée du matin et du soir avec les biberons à la crèche. Quand on était à la maison, je le faisais dès qu'il y avait besoin. Et puis avec l'alimentation diversifiée, il a commencé à réclamer d'autres choses avec des tétées qui devenaient de plus en plus courtes. J'ai compris que tranquillement, il passait à autre chose et un matin, ça s'est terminé. À 13 mois je n'ai pas insisté, je n'ai pas continué avec le tire-lait. Il faut que ça reste un choix à tous les 2. Donc l'allaitement, c'est fini.
Moi : oui, vous disiez « pas de 4e »...
Mme F. : Oui, on a trop peur pour les bébés, trop peur que ça soit héréditaire. C'est trop douloureux comme situation. Aujourd'hui, ils sont là tous les 3 et ça se passe bien, alors il faut être raisonnable. Ils vont bien, ils sont bien suivis et ils grandissent.
Moi : Et dans les différents médias, vous avez trouvé des choses sur l'allaitement ?
Mme F. : En fait, c'est plutôt des brochures. Je me souviens d'une brochure dans la salle d'attente de mon généraliste et puis avec « Allô Allaitement » qui m'en a passé plusieurs. La PMI m'a donné aussi beaucoup de conseils. Mais c'est vrai qu'il faut aller chercher les infos, après on les trouve mais faut faire la démarche. « Allô Allaitement » je ne connaissais pas et j'ai découvert qu'au 3e enfant. Les positions, comment ne pas se faire mal au dos, le temps de conservation du lait, quoi manger pour que le lait soit plus riche... Au CHU, on m'a donné des techniques et des conseils, et après c'est vrai qu'ils nous encourageaient à parler entre mamans. Il y a des lieux pour échanger en dehors des chambres de réa, on s'échangeait des informations sans trop le vouloir. Il y avait des liens par rapport aux bébés et par rapport à l'allaitement... Et puis, il y a « les maternelles », l'émission culte [Rires] où

ils renvoyaient sur des sites, ça c'est pas mal.
Moi : Oui, donc des choses plutôt positives.
Mme F. : Oui, enfin dans « les maternelles », il y a aussi les gens qui disent qu'on n'est que des vaches-à-lait. Ils parlent de l'irrespect par rapport aux gens, qu'on se dénude... voilà que ce n'est pas des choses à faire et surtout pas après 3 mois car ce n'est pas raisonnable, que ça ne leur apportait rien et que c'est scientifiquement prouvé. Après 3 mois, ce n'est que du confort personnel et pas médical... J'ai vu tout ça. Comme certains des amis qui disent du bien et du mauvais. C'est vrai qu'il y a des choses assez blessantes et il y en aura toujours pour en dire... Mais je me souviens surtout de ce que m'a dit une de mes tantes : « en allaitant, tu sauves ton fils ». En fait, quand ma grand-mère a eu mon père, elle avait 40 ans et elle est tombée malade. Comme elle n'arrivait pas à allaiter, c'est ma tante qui était plus plus jeune qui a pris le relais et elle l'a allaité jusqu'à 9 mois.
Moi : Et dans la société en général, qu'est-ce qu'on en dit ?
Mme F. : Ça reste quelque chose de bien vu. Comme dans tout, les gens reviennent aux bases comme dans l'alimentation, les ordures ménagères. On est dans la valorisation des produits, le recyclage, la protection de la nature, le bio, etc. On revient à nos repères pour être tout simplement mieux. Au regard de tout ça, l'allaitement c'est quelque chose de positif, mais il ne faut pas que ça dure trop longtemps ! Je me souviens de la couverture d'un magazine avec une maman qui allaite son garçon de 6 ans...
Moi : Oui, la couverture du « Times », moi aussi, elle m'a marquée... et pourtant, c'est un article pro-allaitement sur le maternage.
Mme F. : Ah c'est vrai ? C'est quand même dérangeant et pourtant je pense être assez ouverte sur l'allaitement... enfin ça je ne le ferai pas partout. [rires]
M. F. qui est venu la prévenir que leur fils s'est réveillé de sa sieste, ajoute avant de s'en aller : Oui, c'est comme Maud Fontenoy qui pose dans Paris Match le sein à l'air en train d'allaiter son enfant. Ils montraient ça tout à l'heure à la télé et tout le monde dans l'émission rigolait. C'est du voyeurisme ; ça ne fait pas de pub pour l'allaitement. C'est dommage parce que l'allaitement c'est une bonne chose.
Moi : D'un point de vue santé en général, avez-vous eu recours aux soins régulièrement ?
Mme F. : Oui, pour les enfants, on va souvent à l'hôpital de jour. En fait, ils sont suivis dans le cadre d'un protocole de recherche. Ils ont pas mal de problèmes au niveau respiratoire. Notre médecin a eu l'habitude de nous voir toutes les semaines pendant un temps et en fait le petit dernier est bien moins malade que les premiers. Mais avec l'aîné, on a fait beaucoup de kinésithérapie respiratoire, beaucoup d'hospitalisations pour le 2e car il décompensait très vite. Je fais très attention, après je m'alarme pas comme ça. J'observe, je regarde et puis, si besoin, on a le protocole et si on a des symptômes et bien on consulte comme avant-hier. [Rires] Ils sont aussi suivis par la pneumologue au CHU et par le réseau « grandir ensemble » avec le médecin de PMI.
Moi : Et ce protocole ?
Mme F. : En fait, les 2 naissances étaient tellement similaires : césarienne en urgence un mardi, même décompensation après la naissance, réanimation, samu, etc... Quand mon mari est arrivé en réa et qu'il a vu que c'était la même chambre, le même lit... Il leur a dit qu'il avait vraiment l'impression de revivre la même journée que 7 ans en arrière. Donc là, ils ont ressorti le dossier de notre 2e et comme ils n'arrivaient pas à le soigner, ils ont pris contact avec Paris. C'est comme ça qu'ils ont découvert qu'il leur manquait une protéine du surfactant. Alors, ils ont 3 cas connus dont 2 dans notre famille. Ils nous ont donc demandé d'inclure les 3 enfants dans le protocole en nous expliquant que c'était déjà pour nous aider, nous, à savoir qu'ils n'aient pas de séquelles en grandissant, pour savoir s'il n'y aurait pas la même problématique pour leur descendance. Alors nous aussi, on a fait les tests mais tout ça, c'est encore en cours mais si ça peut aider d'autres bébés, forcement qu'on va le faire... J'ai tellement eu peur qu'ils gardent des séquelles du manque d'oxygène, quand on vous dit : « on ne peut pas se prononcer pour le moment ». C'est vrai qu'au niveau santé, on est très vigilant, bien entouré. Mon médecin nous prend à n'importe quelle heure, il ne prend pas de risque, parfois il dit « là c'est pour le spécialiste... ». Je suis vraiment rassurée quand il les voit, il ne m'a jamais dit que j'exagérais... Là, il m'a dit de reprendre les corticoïdes, je savais bien

qu'il le fallait mais je ne vais pas les commencer toute seule même si je les ai à la maison.
Moi : pas d'automédication ?
Mme F. : non jamais, moi je ne suis pas docteur et je ne voudrais pas arriver au CHU pour surdosage ou traitement pas adapté.
Moi : OK, et les vaccins ?
Mme F. : C'est avec la PMI puisqu'ils sont dans le réseau « grandir-ensemble ». On fait tous les vaccins comme ils sont à la crèche. Bientôt se pose la question du vaccin de la méningite pour le dernier mais comme les 2 premiers l'ont eu, il n'y a pas de raison de ne pas lui faire. Là-dessus, je n'ai aucune inquiétude par rapport aux vaccins, je sais qu'ils sont prouvés, testés... La panique des médias, moi, ne me touche pas. Ils ont eu celui de la grippe A, car travaillant aux urgences j'avais peur de leur ramener. Donc je ne pose pas de questions là-dessus, je veux les protéger avant tout. C'est vrai que c'est pas toujours le discours qui va avec l'allaitement car on dit souvent le naturel avant tout mais j'espère que les mamans qui décident de ne pas les faire en pensant se protéger des effets secondaires restent marginales.
Moi : Avez-vous dû prendre des médicaments pendant la grossesse et l'allaitement ?
Mme F. : Oui, j'ai eu à chaque fois une pneumopathie qui, on pense, a dû déclencher l'accouchement avant terme. J'avais dû être arrêtée, car à force de tousser, j'avais des contractions au travail et mes collègues m'ont dit qu'ils ne voulaient plus de moi. Et puis un soir où je me sentais pas bien, j'ai dit à mon mari que je ne sentais pas bien le bébé et tout c'est rapidement déclenché après ça...
Moi : contraception ?
Mme F. : Implant ! Caché là dans le bras. Après le 1er, j'étais contre-indiquée pour le stérilet, la pilule j'en ai essayé plusieurs mais je suis du genre à oublier. Donc ma gynéco me l'a proposé et j'en suis très contente, je l'oublie complètement.
Moi : Et donc l'allaitement, vous n'en avez pas parlé à votre généraliste ?
Mme F. : Oui, en fait on n'a pas dû en parler ou peu, car à chaque fois qu'on se voit, c'est parce que mon fils était malade. Pour le 2e, je me souviens qu'on en a parlé car c'est avec lui qu'on avait parlé diversification. Pour le 3e, c'est vrai qu'on est pas mal suivi par le réseau « grandir ensemble » et qu'on l'a vu que pour les problèmes médicaux. Et puis moi, comme ça allait au niveau allaitement, je n'ai pas consulté non plus. En fait, involontairement, je l'ai écarté. J'en ai parlé avec la pédiatre et beaucoup avec la PMI. J'ai vu la gynéco pour l'implant et depuis je me suis un peu oubliée mais maintenant je vais pouvoir penser un peu à moi. Avec le mi-temps, je vais pouvoir gérer tout ça et profiter des enfants. De toute façon, on ne peut s'épanouir dans son travail que si on est bien chez soi.
Moi : Du coup c'est plutôt des regards bienveillants que vous avez rencontré ?
Mme F. : Dans le domaine médico-social, non, je n'ai jamais été heurtée par des réflexions. Non pas avec les professionnels, mais je n'ai peut-être pas dit que j'allaitais encore en fait. [Rires] À la crèche, ils ont été vraiment supers. Ils ont dû s'adapter car ils n'avaient pas l'habitude que ça dure au-delà de la diversification. Ils se sont mis en relation avec le lactarium pour prendre conseil sur la conservation.
Moi : Vous faites avancer les choses ?
Mme F. : En tout cas, ça m'a bien plu et je n'ai pas cédé.

---

36 ans, mariée, vivant en milieu semi-rural
3 enfant de 11ans, 7 ans et 18 mois ; 2 allaitements de 6 et 13 mois
Assistante sociale au CHU de Nantes

Entretien n° 7 : Mme G.

Contexte : C'est une amie qui m'a mise en contact avec Mme G. l'une de ses connaissances. Mme G. me reçoit en septembre 2013, sur son lieu de travail. Elle a réservé une salle pour me recevoir sachant qu'elle partage son bureau avec un collègue. Notre entretien durera 30 min.

Moi : Parlons si vous voulez bien de votre allaitement. Un allaitement qui s'est prolongé si j'ai bien compris ?
Mme G. : Bah oui, il a 1 an ½ [Rires] donc oui ça s'est prolongé. Je pensais arrêter à la rentrée et puis en fait j'ai toujours du lait, même s'il ne tète pas toujours. Ça dépend des jours, des fois il ne tête pas, des fois il tête une fois, deux fois. Par exemple, ce matin il n'a pas tété car je n'allais pas le réveiller à 7 heures pour ça ; papa lui aura donné le biberon. Hier, j'étais là quand il s'est levé, donc il a tété. Là, il risque de téter quand je vais rentrer ou pas ! C'est vraiment s'il réclame.
Moi : A partir de quand ça s'est mis en place ce rythme-là ?
Mme G. : Bah au tout début, pendant l'allaitement exclusif, c'était toutes les 2h de 8h à 21h. C'était à la demande mais c'était vraiment toutes les 2 heures. Et puis, il a mangé très tôt. A 3 mois sur les genoux de son père, il essayait d'attraper dans son assiette. Donc on a demandé au Docteur et il nous a dit : allez-y et on verra. Les compotes de fruits, c'est passé tout seul ; en plus, on était en plein été alors il y avait plein de fruits. La diversification ça s'est passé tout seul sans soucis. Et là, il a commencé à moins réclamer et à ce moment-là, c'était 3-4 tétées par jour.
Moi : Il commençait à se caler…
Mme G. : Et heureusement car avec la rentrée de septembre je n'aurais pas pu continuer le même rythme. Après, ça a diminué progressivement et vers 1 an, il n'a plus voulu de tétée du soir. Il en voulait plus, bah très bien ! Il ne voulait pas non plus de biberon, il voulait de l'eau. Et là, c'est plus un câlin qu'autre chose. J'ai encore du lait même si l'autre jour en me montrant mes seins, il m'a dit qu'ils sont cassés alors peut-être que ça ne lui suffit plus… mais tant qu'il y en a, j'ai envie de dire, on verra. Mon ami me pousse un petit peu à arrêter mais là, comme c'est un câlin, c'est vraiment quand il veut.
Moi : Votre ami, ça fait un moment qu'il vous demande d'arrêter ?
Mme G. : En fait, ce qui l'a gêné le plus, surtout avant la rentrée où ça s'est vraiment calmé, c'est que ça me fatiguait. L'année dernière, ça a été dur. Le boulot, les trajets, en plus on a déménagé, c'était vraiment très très dur. Je l'allaitais le matin systématiquement avant de partir, le soir aussi systématiquement en rentrant et je tirais mon lait le midi. J'ai passé 6 mois difficiles et c'est pour ça qu'il me poussait à arrêter mais depuis qu'il voit que c'est qu'une fois de temps en temps, il ne me casse plus les pieds avec ça. [Rires]
Moi : Et autour de vous, d'autres femmes ont allaité longtemps ?
Mme G. : Dans ma famille, pas du tout. Je suis même celle qui allaite le plus. Ma mère m'a allaité 3 semaines, mes grand-mères je crois qu'elles ont réussi 3 mois. Donc dans mon entourage familial non, mais dans mon entourage amical un peu plus, la copine de mon collègue jusqu'à 8 mois, notre amie en commun jusqu'à 1 an je crois.
Moi : Elles vous ont montré que ça existait.
Mme G. : Oui que c'était possible mais avec le travail ça fatigue. Après je ne peux pas dire que ça a été difficile car mes collègues étaient très compréhensif quand il a fallu que j'aille tirer mon lait. Les premières fois, c'est vrai que la pause était plus longue que la pause réglementaire mais bon je n'avais pas le choix. Le fait d'être avec mon collègue dans le bureau, j'ai pu tirer mon lait tranquillement, c'est quand même pratique. Si je n'avais pas eu ça, je ne sais pas si j'aurais pu le faire. Si à chaque fois j'avais dû aller à l'infirmerie... J'avais demandé et je savais que c'était possible mais récupérer la clé, c'est la galère, le temps de faire l'aller-retour. Ici, j'avais accès à un frigo à l'étage donc je pouvais le mettre directement là sans avoir à retraverser tous les bâtiments pour aller à l'infirmerie. Si je n'avais pas de l'aide, en tout cas de la bonne volonté, ça n'aurait pas eu lieu c'est clair.
Moi : C'était un projet que l'allaitement se prolonge un peu ?
Mme G. : Alors que ça se prolonge non, en fait je pensais être comme toutes les femmes de ma famille et n'avoir pas beaucoup de lait. Je me disais 3 mois ça serait beau ! Et puis 3 mois passés, ça

continuait donc pourquoi ne pas continuer.
Moi : En tout cas, une belle expérience ?
Mme G. : Bah oui sinon j'aurais arrêté. Après pour le second, je ne referai peut-être pas aussi longtemps, ça dépendra des conditions. Parce que quand on a eu notre premier enfant, on n'habitait vraiment pas loin et j'ai repris fin mai pour un mois avant les vacances scolaires. Et je faisais les allers-retours comme j'étais à 5 minutes à vélo. C'était très pratique et ça m'a permis de continuer relativement facilement après avoir repris pendant ce mois-là. Maintenant on habite à 50 km donc je ne sais pas si pour le second ça sera aussi simple. [Rires] J'aimerai bien mais on verra.
Moi : Pour vous l'allaitement c'était quelque chose de …
Mme G. : Naturel ! Je ne me suis pas vraiment posé de questions. Je me demandais comment faire en public, ou des choses comme ça. Je ne me suis pas demandé si j'allaite ou pas. A la naissance, on va voir si ça marche et puis voilà. Si ça n'avait pas marché, ça aurait été le biberon. [Rires] En fait, au début il n'a jamais eu de compléments, j'en avais au cas où mais j'ai toujours eu assez de lait. On faisait attention que ça soit son père qui lui donne les biberons de lait maternel mais il n'a jamais eu de mal à prendre les biberons. Nous avons un bébé gourmand, ça aide.
Moi : Vous parliez d'allaitement en public…
Mme G. : Bah oui au début je ne savais pas… j'avais peur de la réaction de certaines personnes et puis pfff, quand le bébé a faim, il a faim et ça passe avant le reste. Je pense que ça peut choquer des gens mais je n'ai jamais eu de remarque. Après évidemment, je n'allais pas me mettre au milieu de tout le monde… Bah c'est mieux aussi de se mettre au calme !
Moi : Et vous vous sentez un peu militante ?
Mme G. : Je crois que c'est un choix personnel. On ne peut pas pousser quelqu'un à le faire s'il n'en a pas envie. C'est vrai que j'ai une copine qui pour elle c'était hors de question d'allaiter. Voilà je trouve dommage de dire non sans avoir même essayer, mais elle ne voulait pas et de toute façon on a les biberons. Non, je ne me sens vraiment pas militante.
Moi : Et vous vous étiez renseigné sur l'allaitement ?
Mme G. : J'en ai parlé avec la femme de mon collègue et puis je suis allée au cours de préparation pendant la grossesse. Je ne sais pas si ça m'a appris beaucoup de chose, plutôt rassurée sur le fait que si ça ne marchait pas ce n'était pas grave. La clinique où je suis allée, c'est vrai que je les ai trouvé très pro-allaitement mais sans contrainte évidemment.
Moi : Est-ce que dans les médias vous avez noté des choses autour de l'allaitement ?
Mme G. : … Oui je me souviens d'un reportage, il a 6 mois-1 an qui prônait l'allaitement maternel… mais après c'est bien beau de le prôner mais au niveau du boulot, il n'y a pas toujours les conditions qui simplifient la vie des femmes qui veulent allaiter. Moi, j'ai eu de la chance je crois. Ce n'est pas le cas de tout le monde et en général être une femme dans le milieu professionnel c'est pas toujours facile.
Moi : Et dans la société, comment est vu l'allaitement pour vous ?
Mme G. : Je ne sais pas… Je ne suis pas certaine que ça soit bien vu… c'est plus un ressenti comme quoi on prône l'allaitement mais si ça dure longtemps, on trouve cela bizarre.
Moi : Il y a un âge où…
Mme G. : A 6 mois ! Moi depuis que mon bébé a 6 mois, ma mère me demande tout le temps quand est-ce que je vais arrêter. Là je lui ai dis que j'avais quasiment arrêté donc elle arrête de poser la question mais sinon c'était à chaque fois… Elle, j'ai l'impression qu'elle a été très mal conseillée il y a 35 ans [rires]. Elle a arrêté de m'allaiter à 3 semaines et ça correspond au premier pic de croissance. Elle pensait que je mourrais de faim donc elle m'a passé au biberon… Personne ne lui avait dit. Moi on m'avait prévenue, je savais que ça arriverait… Bon j'ai trouvé le moment pénible mais je savais que ça allait se finir. Et puis le papa était là alors ça a bien simplifié les choses.
Moi : Oui le soutien c'est essentiel…
Mme G. : Bah, c'est surtout que la motivation ça ne fait pas tout.
Moi : Des soucis avec la mise en place de l'allaitement ?
Mme G. : … Pas que je me souvienne. Les seins engorgés au début mais je crois que c'est classique… Enfin maintenant je sais comment les désengorger alors qu'à l'époque je ne le savais pas.

Moi : Et la santé, qu'est ce que vous faites pour ?
Mme G. : … La nourriture tout d'abord. Le plus équilibré possible avec des produits frais, de qualité, de préférence bio quand c'est possible… oui d'abord la nourriture, après… l'environnement, si on a déménagé au fin fond de la campagne c'est aussi pour ça.
Moi : L'allaitement ça rentrait dans cette démarche ?
Mme G. : Oui, je pense quelque part, même si ce n'était pas vraiment conscient au départ… J'ai été élevée comme ça, avoir les produits de meilleure qualité possible et je pense que ça joue sur la santé. Et puis ça serait dommage de lui faire manger que des frites ! [Rires] Non, il aime plein de chose et les légumes, il les mange en quantité. [rires]
Moi : Tabac ?
Mme G. : Je ne fume pas. Je n'ai pas bu d'alcool pendant la grossesse. Là je recommence tout juste à prendre un verre de temps en temps sachant que le soir il n'y a pas de tétée. C'est vrai qu'avant la grossesse, j'avais peur que ce soit un manque parce qu'un bon verre de vin ça arrivait mais non, je n'en ai pas eu envie.
Moi : D'accord. Pas de soucis de santé dans la famille ?
Mme G. : Moi, j'ai eu du diabète gestationnel. Enfin, ça non plus, ça n'a pas été contraignant, on a supprimé les féculents et résultat j'ai pris 10 kg que j'ai perdu au bout d'1 mois ½. Je rerentrais dans mes pantalons, ce n'était pas le cas des copines.
Moi : Et pour votre petit ?
Moi : On a vu le généraliste pour le suivi. Après, je ne sais pas si l'allaitement a joué mais il n'a été malade que 3 fois. 3 fois un pic de fièvre donc doliprane et c'est tout. On peut dire qu'on est verni mais après il n'est pas gardé en collectivité. C'est son père qui le garde, en fait il travaille à la maison. Au moins ça limite les expositions, alors ça arrivera plus tard… à l'école ou on va peut-être le mettre chez une assistante maternelle pour que papa ait un peu plus de temps.
Moi : Et justement pour prévenir les maladies, les vaccins…
Mme G. : Bah… la base. Je n'ai pas fais le ROR, ça sert à rien… enfin je n'ai pas envie de le survacciner.
Moi : Donc juste le DTP
Mme G. : Oui que l'obligatoire… Après je me fais fustiger par ma mère parce que je n'ai pas fais le ROR. Moi j'estime que le bénéfice-risque ne le requière pas actuellement sachant qu'actuellement il est gardé à la maison.
Moi : Et ça vous y repenserez quand il va rentrer en collectivité ?
Mme G. : Ça dépendra de son état de santé. Là il a été exposé avec des enfants malades et son immunité n'a pas l'air mauvaise. Après on verra.
Moi : Oui pour vous non plus il n'y a pas eu besoin de beaucoup consulter pendant l'allaitement ?
Mme G. : J'ai dû avoir un gros rhume et c'est tout. J'ai bien fais attention à ne prendre que du doliprane.
Moi : Et du coup vous en avez parlé de l'allaitement avec votre médecin ?
Mme G. : Oui, je lui ai dit que je l'allaitais toujours et pas de remarque particulière. Il a dû me dire si ça vous va, continuez.
Moi : Plutôt du soutien alors ?
Mme G. : Moi, je dirais plutôt de l'indifférence. On le voyait pour le suivi de bébé et tout allait très bien. Après quand on a vu un autre généraliste, c'est par rapport au ROR qu'il nous a traité comme des irresponsables. Là, la discussion n'était pas possible alors que je ne remets pas en cause les bénéfices de la vaccination… Après j'ai peut-être tort mais je préférerai qu'on en discute plutôt que d'avoir une leçon de morale… En tout cas autour de l'allaitement, je n'ai pas eu ce genre de tension… à part ma mère mais c'est plus qu'elle a peur que je me fatigue. La gynéco sinon c'était un peu comme mon médecin, elle c'est à la palpation mammaire qu'elle s'est rendu compte que j'avais du lait. J'ai dit c'est normal j'allaite encore et elle m'a dit bon bah d'accord.
Moi : La gynéco c'était peut-être pour la contraception ?
Mme G. : Bah c'était plus pour le suivi normal car j'ai un stérilet.

35 ans, pacsée, vivant en milieu rural
1 enfant de 18 mois toujours allaité
Bac +8, Enseignant-chercheur en école d'ingénieur à Nantes

Entretien n°8 : Mme H.

Contexte : En entendant parler de mon sujet de thèse, une secrétaire médicale m'a tout de suite parlé d'une amie allemande qui avait allaité ses enfants longtemps. Après un premier contact téléphonique, Mme H. me reçoit chez elle en septembre 2013 pour un entretien d'1h30.

Moi : Si vous le voulez bien commençons à parler de vos allaitements…
Mme H. : Et bien moi, j'ai l'avantage d'avoir une copine qui a eu son premier enfant 2 ans avant moi et qui a allaité. Moi la première, elle est née prématurément à 7 mois de grossesse, 32 semaines. J'ai eu la chance de l'avoir eue dans un hôpital en Allemagne où ils étaient tous juste formés au kangourou avec le bébé sur le ventre. C'était dans l'ex-Allemagne de l'Est, en fait c'était pour mon internat que j'y étais. Là-bas, ils n'avaient pas le choix, elles devaient allaiter car le lait en poudre était trop cher. Les sages-femmes, les infirmières étaient très allaitement même pour les prémas. Du coup, avec l'aide, j'ai pu allaiter ma première qui ne faisait qu'1.5kg. J'étais très volontaire pour ça mais j'ai eu aussi beaucoup d'aide… Il fallait que je tire mon lait pour les biberons et puis au bout d'une semaine, elle a commencé à téter avec beaucoup de difficultés. Et puis ça a très bien marché, elle a très bien pris du poids et on a pu partir après 4 semaines.
Moi : Il y avait des différences entre l'Allemagne de l'Est et l'Allemagne de l'Ouest?
Mme H. : Moi, je n'ai jamais vu trop de statistiques mais c'est surtout à court terme. A l'Est, il n'y avait que l'allaitement pour les petits et puis après c'était comme en France, les bébés étaient plus vite mis à la crèche pour que la maman retravaille. Mais quand le mur est tombé, les femmes de l'Est découvraient que l'on pouvait donner le biberon dès le début. C'était la liberté. Du coup, l'équipe médicale était contente que moi j'allaite un préma et que je veuille continuer après. Maintenant, l'allaitement c'est plus long et il y en a beaucoup qui réussissent à continuer d'allaiter en travaillant. Il y a des heures aménagées pour ça, elles peuvent tirer le lait au travail et continuer comme ça, moi j'ai ma sœur, des copines qui ont fait ça.
Moi : Et vous j'imagine que ça ne devait pas être facile avec le travail ?
Mme H. : En fait, j'ai eu la chance que mon père, qui est médecin, me propose de travailler chez lui après la naissance de ma fille. Avant j'étais à l'hôpital et ça, ce n'était pas possible avec le bébé et mon mari qui était retourné en France.
Moi : Du coup, pour votre aînée, vous avez fait…
Mme H. : J'ai allaité 6 mois parce que je suis tombée enceinte 3 mois après l'accouchement. J'ai fait une fausse-couche après mais l'allaitement c'est arrêté. 2 ans après, j'ai eu ma 2e avec une grossesse difficile. Décollement de l'œuf très tôt pendant la grossesse mais l'allaitement s'est passé sans soucis.
Moi : Vous étiez en France alors ?
Mme H. : Oui depuis 1 an. Je suis tombée sur une équipe de sages-femmes qui était très pour l'allaitement. Du coup, quand ils ont su que l'aînée avait été allaitée 6 mois, pour eux c'était très long, ils m'ont invité à parler pendant les cours de préparation pour dire aux femmes qu'il n'y a pas trop de contraintes pour l'allaitement. Après je l'ai allaitée aussi que 6 mois car je suis encore tombée enceinte. Ce n'était encore pas volontaire… il est né qu'un an après la 2e. Celui-là, je l'ai allaité 10 mois. En fait, je voulais continuer mais il était trop pénible. Il me forçait la nuit à rester réveillée la nuit des heures et il était accroché au sein tout le temps. Du coup, j'ai dit stop c'est bon.
Moi : Vous n'avez pas repris à travailler ?
Mme H. : Non là je n'avais pas repris. En fait, en arrivant j'aurais pu être généraliste mais après c'était plus compliqué car je devais passer le concours de l'internat… là j'avais déjà 4 enfants, je trouvais ça trop compliqué et puis j'étais assez occupée. [Rires] Oui, puisque après le 3e, la 4e est venue mais là c'était volontaire. Elle, je l'ai allaitée 2 ans et là ça commence à faire.
Moi : Et ce changement ça explique par quoi ?
Mme H. : Pour le 3e, c'est vrai que j'avais les 2 autres qui avaient 3ans ½ et même pas 2 ans. Ma 2e avec l'allaitement, elle avait tout de suite eu un rythme régulier. Avec elle, c'était toutes les 4h, pas trop long et très facile ; avec lui c'était tout le temps ! Toutes les heures la nuit alors c'était trop dur. J'ai dit stop, mais ça s'est fait dans la douceur. J'étais déçue de ne pas avoir trouvé d'autres solutions,

mais bon, il commençait à bien se débrouiller tout seul mais j'étais triste d'arrêter. Pour la 4e, je ne me suis pas vraiment posée la question d'arrêter, ça se passait bien et dans ma tête c'était la dernière. Moi, je ne voulais pas arrêter, c'est elle qui, à 2 ans, a décidé de passer à autre chose. C'est vrai qu'avec elle ça se passait bien, un bébé calme. Moi, je n'ai jamais fait aux heures fixes, toujours à la demande mais demande pas tous autant… Et puis il y a 3 ans, c'est notre 5e. Lui, il a eu beaucoup de problèmes au démarrage de l'allaitement. Il a beaucoup beaucoup perdu, près de 20% de son poids ; du coup ils voulaient absolument mettre des compléments que j'ai acceptés pour une fois. Après j'ai préféré tirer mon lait et lui donner en plus. Au bout de 15j ça s'est bien mis en place et on a arrêté il y a 7 mois, à 2ans ½.
Moi : Et cette fois-ci, comment s'est passé le sevrage ?
Mme H. : Je l'ai forcé d'arrêter un petit peu, je me suis dit au bout de 2 ans ½ là c'est bon. Mais en douceur, il a bien compris. Il n'a jamais accepté ni de biberons ni de tétines. Il est passé tout de suite au verre.
Moi : Vous étiez encore sur des tétées très régulières ?
Mme H. : Avec lui, oui. Il a fait ses nuits à 2 ans seulement. Du coup il y avait les nuits et quand il voulait la journée. En fait, il a toujours très mal mangé, des petites quantités, parfois rien du tout alors il prenait plus de lait.
Moi : Pour votre 4e, c'était pareil ?
Mme H. : Non, très bonne mangeuse, elle, c'était plutôt pour moi. Elle mangeait très bien, elle buvait très bien ; elle aurait pu arrêter beaucoup plus tôt. A la fin, c'était des petites tétées matin et soir mais elle ne réclamait pas toujours.
Moi : Donc 5 allaitements très différents, joli parcours !
Mme H. : Moi, je ne m'imaginais pas donner un biberon à un tout-petit. L'idée de me lever pour préparer un biberon, calculer les quantités de lait… l'allaitement c'est tout naturel, le plus facile, le plus pratique. On ne se pose jamais la question : est ce que les biberons sont propres ? Qu'est-ce qu'il faut amener en voyage ? Non, c'était toujours là, à bonne température, à volonté, non c'est génial. Pour moi, il y a quasiment que des avantages. On peut se débrouiller avec l'enfant dans les bras pour faire des choses dans la maison, manger en même temps car c'est toujours pendant les repas. [Rires]
Moi : Vous me parliez d'une amie qui vous a montré la voie…
Mme H. : Oui parce que ma mère est morte très jeune du coup je n'ai pas eu d'exemple, d'aide de ma mère. Du coup c'est avec cette copine que j'ai découvert l'allaitement. Elle faisait aussi des études de médecine. Là, elle a aussi 5 enfants qu'elle a allaités très longtemps et elle travaille comme quoi c'est possible même pour un médecin... En fait, j'ai regardé et dès que j'avais des problèmes avec mon aînée, je pouvais l'appeler. En Allemagne, on a aussi un système de sages-femmes qui viennent à la maison, on a le droit à 10 visites pour voir si tout se passe bien, elle regarde, elle pèse le bébé, elle rassure…
Moi : Le temps en maternité est peut-être plus court ?
Mme H. : Moi j'ai connu que pour la première, je suis restée 15j comme elle était préma et que j'ai eu une césarienne et que j'allaitai. Mais ma sœur est toujours restée près de 7j je crois… Après on peut aussi repartir à la maison 4h après l'accouchement avec la sage-femme qui vient tous les jours. En fait, c'est surtout le suivi avant qui est beaucoup plus serré en Allemagne, on voit le médecin tous les 15j les derniers mois, en plus des cours de préparation… La différence, elle est surtout en salle d'accouchement !
Moi : En France on est…
Mme H. : oui on est allongée sur la table, bloquée, avec plein de fils… Quand j'ai dit que je ne voulais pas de péridurale, j'étais extraterrestre, masochiste… Les sages-femmes étaient pour d'essayer sans mais l'anesthésiste lui, il ne comprenait pas… Pour la 2e, avec le décollement de l'œuf, un bébé tout petit, j'ai eu la péridurale pour l'hypertension. Pour le 3e, c'était la veille de Noël, du coup j'ai attendu à la maison jusqu'au dernier moment comme on habitait à côté. Il est né dans les 20 min quand on est arrivé et là c'était idéal. J'ai pu marcher, rester des heures sous la douche. Pour la 4e, c'était déclenché comme elle avait dépassé le terme mais sans péridurale et l'accouchement c'était très bien. Le dernier, c'était aussi déclenché parce qu'il ne voulait pas venir et ça permettait d'être sûr que

mon mari assiste à l'accouchement… c'était bien aussi mais le meilleur c'était le 3e car j'ai pu faire comme j'avais envie. A chaque fois, j'avais demandé à garder le bébé contre moi et ça été accepté. J'ai des copines qui n'osaient pas le faire et le bébé part tout de suite pour être lavé, mesuré… ça peut bien attendre quelques heures.
Moi : Et avec ce parcours avez-vous eu des conseils allaitement pour les derniers ?
Mme H. : J'ai reçu la visite pour la collecte du lait parce que moi, j'avais toujours beaucoup de lait et que j'avais demandé pour le donner. Et en fait, je ne l'ai pas fait car il ne fallait pas de ça, de ça, de ça… En Allemagne, il l'avait pris sans soucis mais là tout était interdit au niveau de la nourriture. Avec ma première, j'avais l'habitude de tirer mon lait et j'ai continué à le faire à chaque fois que je sentais un engorgement. Mais les enfants n'avaient pas besoin ou alors refusait les biberons, du coup j'ai jeté le lait car même le chat et le chien n'en voulaient pas. [Rires] … A vrai dire des conseils pas trop … c'était mon expérience qui comptait. Pour ma 2e, ils pensaient que ce n'était pas la peine parce que j'avais déjà un allaitement alors que j'ai fais une grosse hémorragie après la naissance. L'hémoglobine était descendue jusqu'à 6 et j'étais très affaiblie. Du coup là, ce n'était pas beaucoup d'aide quand même. Après on est arrivé ici, j'ai fait l'hôpital et la clinique mais à vrai dire non je n'ai pas eu d'aide ou de soutien. Quand les gens savent que c'est un 3e, 4e, 5e, il n'y a personne qui vient voir si ça se passe bien ; c'est juste la pesée ! Pour le dernier, ils ont dit de suite il n'a pas assez, il faut le supplément. Personne n'a demandé comment se passent les tétées, combien de fois il prenait… non, ça c'était très léger. Si je n'avais pas eu la volonté de vouloir le faire, ça n'aurait pas marché. Je pense que quelqu'un sans expérience aurait arrêté surtout quand le seul conseil c'est complément et lait artificiel.
Interlude préparation d'une tisane (le bruit de la bouillard rend inaudible l'enregistrement). En fouillant dans son placard, Mme H. retrouve une tisane d'allaitement (fenouil, anis vert, basilic…) et m'explique qu'elle en prenait souvent parce qu'elle aime beaucoup son goût.
Mme H. : Les sœurs de mon mari ont toutes les 2 allaiter assez longtemps aussi avec la différence que moi je me suis jamais cachée. En Allemagne, dans les cafés, dans les parcs, partout on voit des femmes qui allaitent et même des plus grands. Mes belles-sœurs se sont toujours misent à part pour allaiter… Par exemple, après les compétitions quand mon dernier venait, bah ça ne me gênait pas de l'allaiter devant les autres sportifs. Je ne mettais pas au milieu mais comme c'est en plein air les gens pouvaient nous voir c'est sûr. Après je crois que c'est bien accepté … enfin pour les petits après quand il était plus grand, les gens disent mais c'est parce qu'elle est allemande. [Rires] C'est comme pour la péridurale, ah oui vous êtes allemande… les médecins ne comprenaient pas que je n'en veuille pas… Je me souviens que pendant les cours de préparations, beaucoup de femmes disaient : je ne peux pas allaiter mon enfant devant quelqu'un d'autre. Alors c'était dans le sud de la France, elles sont peut-être plus pudiques mais elles disaient que ce n'était pas possible.
Moi : Pourtant dans le sud, sur les plages…
Mme H. : Oui mais pour elles, c'est autre chose… C'est paradoxal, mais se mettre seins nus sur la plage c'est probablement différent pour elles que d'allaiter. C'est vrai qu'en France ça attire beaucoup plus de regards que les seins nus. Moi, en France, j'ai rarement vu quelqu'un allaiter à part mes copines. Ça ne se voit pas… on ne sait même pas si elles allaitent.
Moi : Et vous allaiter en public ?
Mme H. : Moi ça ne m'a jamais gêné. Après je n'ai jamais sorti le sein comme ça, j'ai caché mais j'ai allaité partout. C'est ça le côté pratique. Quand j'ai du commencer le lait en poudre avec mes filles, c'était très dur… Pour ma première, l'allaitement c'était bien mais pour ma 2e c'était l'allaitement rêvé, elle faisait ses nuits, elle ne prenait pas trop souvent... Après il y a eu cette grossesse que je n'attendais pas et je pense que c'était pour tout ça que c'était si difficile avec le 3e, il ne trouvait pas de rythme, il tétait toutes les ½ heures…
Moi : Enfin, 10 mois c'est déjà très très bien !
Mme H. : Oui moi j'étais étonnée qu'on me demande de témoigner car pour moi, 6 mois ce n'était pas long parce que à ce moment-là on disait de ne pas commencer la diversification avant 6 mois. Maintenant en Allemagne, ils disent de toutes petites quantités mais plus tôt mais avec l'allaitement jusqu'à 6 mois quand même… Moi j'ai toujours entendu : l'allaitement le plus longtemps possible… A

l'époque de nos mères on disait que le lait en poudre était bien plus pratique, plus moderne. Ma mère nous a allaités que 3-4 semaines mais comme en France, ma belle-mère n'a allaité mon mari que 2-3 semaines et pas les suivants. Mais ma génération c'est le plus longtemps possible…
Moi : Oui, c'est ce que l'on dit maintenant en France.
Mme H. : Oui, mais c'est comme avec tout, c'est toujours en retard ! [Rires] Pour ce qui concerne les enfants il y a encore beaucoup d'écart. Les sages-femmes en Allemagne, elles disaient que le bain ce n'est pas nécessaire les premiers mois et surtout pas avec des produits. Pour le dernier, on m'a dit c'est comme vous voulez mais pour les autres ce n'était pas le même discours. Bon, au bout de 10 ans ça a changé donc on verra pour le reste.
Moi : Mais vous montrez aussi la voie…
Mme H. : J'ai une copine qui m'a dit que je lui avais sauvé son 3e allaitement, qu'elle n'aurait pas continué sans moi. Elle avait un engorgement et le médecin lui a juste donné des antibiotiques et c'est tout. Moi je lui ai dit : tu serres les dents pendant 2 jours, tu mets bébé à téter toutes la journée, tu vas sous la douche chaude… Du coup, elle a pu continuer pour le 3e et je pense que ça a déclenché pour les suivant des allaitements beaucoup plus long.
Moi : Et oui vous n'êtes pas toute seule ? [Rires]
Mme H. : Bah, je sais que ma voisine a allaité son 3e 4 ans. Elle aussi, elle a des origines allemandes mais elle a le problème d'un mari qui ne voulait pas. Pour le dernier, elle a quand même fait mais son mari il n'était pas trop pour… ça, c'est quand même important que le père soit d'accord.
Moi : Avez-vous vu dans les média des choses sur l'allaitement ?
Mme H. : Bah je sais qu'il y a des recommandations internationales de 6 mois et plus… Après j'ai vu une couverture de magazine où on voit un grand allaité debout.
Moi : Oui la couverture du Times pour plus de maternage.
Mme H : Mais ça, ça ne fait pas pro-allaitement. Un grand comme ça, ça ne donne pas envie d'allaiter. Ça me rappelle quand je faisais mon externat en gynéco-obstétrique à Berlin. Il y avait beaucoup de turques et j'avais vu une femme qui allaitait encore les enfants d'avant qui étaient très grands. Je pense que toute jeune ça m'avait choqué et que c'est aussi pour ça que je n'ai jamais voulu allaiter plusieurs enfants. Voir les enfants réclamer chacun leur tour alors que ça se voyait qu'elle était épuisée… Sinon les émissions en Allemagne c'est plutôt pour… après, on entend souvent que l'allaitement ça abîme les seins, mais grossesse et puis âge font la transformation du corps naturellement. Mon mari lui il aimait bien les seins pendant l'allaitement. [Rires] J'ai une autre copine qui m'a dit qu'elle aurait aimé allaiter mais son mari lui a quasiment interdit. C'est un regret parce qu'elle ne pouvait pas à cause de son mari… Le mien, je l'ai rencontré en Allemagne ; il a été baigné dans l'esprit allemand avec ma copine qui allaitait.
Moi : Il a découvert que ça serait comme ça. [Rires]
Mme H. : Ah bah pour lui c'était bien ! Il ne s'est pas posé de questions, pas besoin de se lever la nuit, bébé qui ne pleure pas… C'est pratique aussi pour un homme. C'est important le soutien. Au début, il faut s'occuper des plus grands… Mes beaux-parents n'ont jamais rien dit quand je me mettais sur le canapé pour allaiter, ce n'était pas forcement naturel pour eux mais ils ont toujours accepté. Après ils ont beaucoup fait du volontariat en Afrique et là-bas l'allaitement c'est important. Mes belles-sœurs m'ont toujours vu beaucoup allaiter alors du coup peut-être que c'était plus facile pour elles après. Elles ont vu que c'était facile… J'espère que j'ai aussi donné envie de le faire à mes filles. Et puis pour les garçons aussi c'est naturel mais ça sera leur femme après qui décident, mais eux ils ont bien compris que les nuit c'est plus facile avec l'allaitement. [Rires] Pour le dernier, on avait installé un matelas à côté de notre lit parce que moi aussi je n'avais pas envie de me lever. Les autres aussi ont dormi dans notre chambre mais eux c'était dans un lit à barreaux. Pour le dernier ça n'a pas été possible, même à la crèche…
Moi : Ah vous les mettiez à la crèche ?
Mme H. : Juste la halte-garderie, des demi-journées. Pour l'aînée, on a commencé en arrivant en France, elle avait 11 mois pour la mettre en contact avec d'autres enfants. La 2e c'était plus jeune mais c'était comme la 4e c'était quand ils savaient marcher à 4 pattes vers 9 mois. Je ne voulais pas qu'il reste dans le cosy toute la journée. Le 3e on n'a jamais réussi à le laisser. [Rires] Même avec les

grandes sœurs, il restait accroché et je repartais avec lui… Et le dernier c'était aussi quand il a commencé à marcher à 4 pattes.
Moi : Du coup, avec l'allaitement ?
Mme H. : C'était sans problème comme c'était à la demi-journée où quelques heures. Par contre, quand il a changé de groupe après les vacances, je n'ai plus dit que j'allaitais. Il y a quand même des remarques, on m'avait déjà dit à l'inscription : il est temps d'arrêter, ça fait déjà très longtemps… Moi je n'avais pas envie d'entrer dans les discussions comme celles-là ; je n'ai pas à me justifier alors ce n'est pas la peine que je leur dise qu'à 1 an ½ il est encore allaité…
Moi : Est ce qu'il y a d'autres personnes qui vous on dit quelque chose ?
Mme H. : … Ah bah un voisin qui connaît la voisine qui allaite longtemps qui m'a dit pour la blague : mais tu ne vas pas allaiter comme elle ? …mais sinon non jamais.
Moi : Et avec les professionnels de la santé ?
Mme H. : [Rires] Le médecin généraliste qui suit les enfants, il a un fils qui travaille en Allemagne qui a eu un petit là-bas. Il doit avoir le même âge que mon dernier. Du coup, il a découvert comment ça se passait là-bas et il me dit : très bien, continuez comme ça. Au contraire, il m'a toujours soutenu mais je pense qu'il n'aurait pas eu le même discours avant son petit-fils… Avec lui, j'ai toujours dit que j'allaitais encore et pour lui c'était important car mon dernier mangeait très très mal. Oui des 5, c'est le seul qui ne voulait pas se nourrir à la cuillère… Le médecin m'a dit : s'il ne mange pas continuez l'allaitement et maintenant c'est un peu mieux pour manger et il est très grand donc tout va bien.
Moi : Et pour vous, vous avez consulté ? Dû prendre des médicaments ?
Mme H. : Non… le dentiste mais je n'ai pas eu de médicaments. A part du paracétamol je ne prends jamais rien. Avec les enfants, on n'a jamais eu d'antibiotique sauf 1 fois. Je me souviens de mon aînée qui avait beaucoup de fièvre et comme elle était petite on a vu un médecin. Moi, j'ai eu mes premiers antibiotiques à 27 ans pour l'accouchement de la première et c'était parce que j'avais perdu les eaux. Elle a dit il n'y a pas d'otite c'est juste de la fièvre mais elle a fait une prescription pour des antibiotiques. Moi je lui ai dit que s'il n'y avait pas d'otite il n'y avait pas de raison mais elle a insisté en disant qu'il fallait les prendre parce qu'elle ne voulait pas nous revoir dans 2 jours… Mais les enfants ne sont jamais malades… Moi non plus… ou j'attends que ça passe. [Rires]
Moi : Oui vous ne consultez pas beaucoup ?
Mme H. : En fait, moi je vois ma gynécologue tous les ans. L'année dernière on avait dit qu'on ferait ça et ça après l'allaitement et là je l'ai revue récemment, on n'a même pas parlé de l'allaitement. Ce n'était pas dans l'idée que j'aurais pu allaiter encore… Sinon, le généraliste, je le vois pour le sport… oui une fois par an mais j'ai beaucoup de copines qui y vont dès que le nez coule. Pour les enfants, on y va pour la croissance ou des blessures mais s'ils ont de la fièvre, c'est paracétamol. Non, en fait je ne consulte pas pour la varicelle ou des trucs comme ça. On note tout seul dans le carnet. Mais on a de la chance, ils ne sont pas malades… Je me souviens quand je suis arrivée en France que ce n'était pas trop l'argument des sages-femmes, elles disaient plutôt que l'allaitement long prévenait l'obésité des enfants. Elles pensaient attirer les femmes vers l'allaitement avec ça.
Moi : Au niveau santé justement, il y a des choses aux quelles vous faites attention ?
Mme H. : … Bah c'est tout ce qui va avec l'allaitement, beaucoup de fruits et légumes. Nous on mange peu de viande… Mais non, ils ne sont jamais malades, quelques rhumes c'est tout… Après les vaccins je suis très pour, les enfants les ont tous. Bon c'est certainement mes études et mon histoire avec mon père médecin. Lui, il a vu des enfants morts avec les maladies infectieuses. Il n'y a pas longtemps, j'ai parlé avec une de mes cousines en Allemagne où l'école a été fermée à cause de la rougeole. Ma belle-sœur aussi ne fait pas du tout vacciner ses enfants. C'est un choix mais ils ont eu 6 mois la coqueluche et moi je n'avais pas envie de ça. Après c'est aussi une histoire de généraliste, ma belle-sœur a un médecin qui est contre les vaccins. Le mien est plutôt pour mais je les aurais demandés de toute façon. Le seul que je n'ai pas voulu c'est la tuberculose car en Allemagne on ne vaccine pas tous les enfants, on fait juste le test régulièrement pour savoir si on a été en contact.
Moi : Ok, tabac, alcool ?
Mme H. : Alors je ne fume pas et à vrai dire j'ai bu quand ils étaient beaucoup plus grands, quand j'allaitais beaucoup moins. Je me suis permis quelques fois après une tétée parce que sinon avec les

grossesses rapprochées on ne s'en sort pas. [Rires] Enfin c'est 2-3 fois par an.
Moi : Oui ça parait raisonnable. Et au niveau contraception ?
Mme H. : Au début c'était préservatif et ça n'a pas marché. Après ma césarienne, je ne pensais pas pouvoir tomber enceinte tout de suite, et je n'ai pas fait attention comme je n'avais pas de retour de règle. Après la fausse-couche, on a fait attention et je n'ai jamais pris de pilule. Et après le 5^{e}, c'était vasectomie pour mon mari… Pour nous ça été sans problème mais on a des copains pour qui ça été refusé parce qu'un homme peut toujours vouloir faire un enfant avec une autre femme. Nous après le délai d'attente, ils ont accepté.
Moi : Vous en aviez parlé dès la grossesse ?
Mme H. : Oui, comme je n'ai jamais pris la pilule, je n'allais pas commencer à 42 ans. En fait, on avait dit que si je devais avoir une césarienne, c'était moi mais sinon c'est quand même plus simple pour un homme.

42ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain.
Allemande vivant en France depuis 17 ans.
5 enfants de 18, 16, 15, 13 et 3 ans allaités de 6 mois à 2 ans ½.
Etude de médecine, femme au foyer

Entretien n°9 : Mme I.

Contexte : Mme I. consulte au CAPS en octobre 2013 pour sa fille de 20 mois qui a de la fièvre. Alors que je regarde le carnet de santé, je découvre que sa fille est toujours allaitée. Habitant depuis l'été en région parisienne, elle n'est que de passage pour le week-end dans sa famille. Intéressée par notre étude, elle souhaite néanmoins participer. N'ayant pas d'autre consultation en attente, nous convenons d'un bref échange que j'enregistre avec son accord. Cet entretien durera près de 20 min.

Mme I : Oui j'allaite toujours la petite dernière mais les trois ont été allaités. Les deux plus grands ont maintenant 9 et 7 ans. L'aînée, elle, je l'ai allaitée 3 ans.
Moi : Vous avez allaité le deuxième en même temps ?
Mme I : Oui c'est bien ça, mais en fait j'ai aussi arrêté en même temps pour les deux. Le deuxième, il n'a eu que huit mois, mais moi je n'allais pas bien à ce moment-là… De toute façon, il est passé au biberon sans aucun problème. Depuis, j'ai refait ma vie et voilà la petite dernière. Ça fait vingt mois et je crois que je vais la laisser décider quand ça s'arrêtera. Elle tête à la demande et elle est nourrie à 70% avec mon lait, après elle mange de tout mais c'est plutôt en complément. Oui, pour le moment je ne crois pas qu'elle soit prête à arrêter.
Moi : Et vous travaillez ?
Mme I : Oui, mais je n'ai trouvé qu'un mi-temps pour le moment. Elle va un peu à la crèche sinon c'est mon ami qui s'en occupe mais dès que je rentre, elle demande à téter. Moi, ce que je veux, c'est apporter ce qu'il y a de meilleur à mon bébé. Vous savez, je suis très maternage et avec l'allaitement on a un lien très fort avec les enfants ; c'est très précieux. Et puis, le lait humain, il est fait pour les humains et le lait de vache, il est fait pour les veaux. Je sais qu'avec mon lait, elle a tout ce qu'il faut et en plus je lui transmets les anticorps pour éviter les maladies infantiles. Après ça permet aussi la diversité du goût, vous savez quand vous mangez, le lait n'a pas toujours le même goût. C'est quand même mieux que d'habituer les enfants à prendre toujours la même chose parce qu'après ils sont difficiles avec la nourriture et c'est galère quand ils sont plus grands.
Moi : On voit que vous connaissez bien le sujet.
Mme I : [Rires] En fait pour les premiers, je ne connaissais pas grand-chose, je l'ai fait comme ça venait. Au départ, je ne pensais même pas allaiter. C'est ma mère et ma belle-mère qui m'ont dit que c'était mieux pour les enfants et puis à l'époque je n'avais pas beaucoup de sous alors je me suis dit pourquoi pas. Après pour la grande ça c'est bien passé, je ne travaillais pas donc on a continué. Et puis quand elle a commencé à manger, elle a eu des allergies alors on m'a dit que c'était bien si je pouvais continuer à lui donner mon lait et c'est comme ça que ça c'est fait. Quand je suis tombée enceinte, elle disait qu'il y avait encore du lait. Bon avec les deux, c'est vrai qu'on passait pour des extraterrestres. Même ma famille ne comprenait pas trop. Maintenant, ils sont habitués et ils ne disent plus rien. C'est si naturel ! … Après, pendant la grossesse de la dernière, j'ai cherché sur internet d'autres mamans qui allaitaient longtemps et j'ai découvert la leche league. J'ai appris plein de choses sur les bienfaits de l'allaitement pour l'enfant, pour la maman. Ils donnent des conseils et puis on trouve du soutien parce que le regard des autres, c'est quand même difficile.
Moi : Pour vous, la société a encore du mal avec l'allaitement des grands enfants ?
Mme I : On commence tout juste à en parler à la télé mais souvent ça fait un peu voyeurisme, c'est plutôt regardez elles allaitent encore ! Tout le monde s'étonne mais pourtant l'OMS dit jusqu'à deux ans. De toute façon, on voit partout de la pub pour les biberons. Le lait maternisé rapporte tellement d'argent que ce n'est pas prêt de s'arrêter. En disant ça, je pense à un livre que j'ai à la maison. C'est « petit ours brun et le bébé » et bien dans le livre le bébé tête sa maman et bien dans le dessin animé, il prend un biberon ! Moi je trouve ça plus choquant que l'on donne un biberon à un ours. Dans un film, je veux bien comprendre que c'est plus facile que l'actrice donne le biberon mais dans un dessin animé, c'est quoi le problème technique ? Si on voit des biberons partout, il ne faut pas s'étonner que les mamans ne pensent pas à l'allaitement.
Moi : C'est très intéressant ce que vous me racontez là.

Mme I : Oui merci, mais c'est bien pour ça que je pense que des associations comme la leche league sont importantes. Elles permettent de nous ouvrir les yeux sur tout ça. Ça peut paraître anodin mais moi, je me dis que j'aurais pu passer à côté de tout ça. Pour ma dernière, personne ne m'a demandé si je voulais allaiter avant l'accouchement, alors si on n'y a pas réfléchi avant, c'est un peu tard pour changer d'avis. Après, il y a aussi les dames qui ont du mal au début et qui ne veulent plus recommencer. Moi je leur dit que c'est parce qu'elles n'ont pas eu les bons conseils et qu'il faut aussi accepter de donner un peu de soi. C'est vrai que ça peut être un peu dur au début mais une fois que c'est lancé, c'est tellement bien.
Moi : Oui, mais il est souvent temps de reprendre le travail.
Mme I : Oui, ça c'est le vrai problème. 2 mois c'est juste le temps pour que l'allaitement se met en place. A peine les mamans commencent à en profiter qu'elles pensent arrêter pour retourner bosser. A cet âge là, continuer en reprenant à plein temps, il n'y a que super woman qui peut le faire. Il y a plein de mamans qui essaient et qui très vite n'ont plus de lait. Les femmes qui allaitent devraient pouvoir avoir un congé plus long. En plus, ça encouragerait aussi les femmes à choisir l'allaitement. Après tout, ça fait moins d'enfants malades et donc moins de journées de travail loupées par les parents. C'est une histoire de politique et de gros sous tout ça !
Moi : J'imagine que vous parlez d'allaitement facilement avec les professionnels de santé…
Mme I : Moi j'en parle sans tabou, c'est mon troisième enfant ; avec le recul, je vois bien tous les bénéfices de l'allaitement. Après si un médecin vous dit qu'à six mois il faut arrêter, il faut juste changer de médecin ! [Rires] Je rigole avec ça mais quand j'allaitais ma première j'ai dû être opérée de l'appendicite. J'avais dit de suite à l'urgentiste que j'allaitais, mais quand elle a compris que ma fille avait plus d'un an, elle m'a dit que je ne pensais qu'à moi et qu'ici ce n'était pas le tiers-monde. Après, heureusement, je suis tombée sur un anesthésiste plus commode qui m'a dit que c'était une contre-indication comme une autre. Après tout, certains patients sont allergiques et bien moi c'est que j'allaite ! Sur Paris, j'ai connu mon médecin par une amie. Apparemment quand elle a eu ses enfants, elle les allaitait alors même qu'elle travaillait. Si, si, entre deux consultations, elle disait dans la salle d'attente que c'était l'heure de la tétée et qu'elle revenait dans un quart d'heure. Avec elle, je sais que je peux tout dire et que si je lui dis que je suis fatiguée, elle ne va pas me dire que je n'ai qu'à la sevrer. Je suis désolée de vous dire ça, mais je crois que les médecins ne sont pas tous bien formés ; quand un médecin, sur un engorgement, vous dit d'arrêter l'allaitement, c'est quand même fou. Moi c'est les animatrices de la leche league qui m'ont dit comment faire et maintenant je sais les gérer.
Moi : Et depuis vous êtes plutôt militante ?
Mme I : En fait pas vraiment… c'est vrai que je suis grande gueule. [Rires] J'essaie surtout d'aider les femmes que je connais, c'est avec mes amies que je discute d'allaitement. J'assume, je dis volontiers que j'allaite mais j'évite la tétée en public. Ce n'est pas que ça me gène mais ça ne se fait pas trop en France.
Moi : Juste une petite question pour finir, au niveau santé, faites-vous des choix particuliers ?
Mme I : … Qu'est-ce que je fais pour notre santé ? … Et bien on mange équilibré, pas de tabac… pas d'alcool. On voit le médecin si ça ne va pas comme aujourd'hui mais sinon la dernière fois c'était pour le basket avec les grands. Moi je ne suis jamais malade, je ne prends rien mais …
Moi : Pas même la pilule ?
Mme I : Non, surtout pas d'hormones. Comme ça, je n'ai pas à me demander si c'est risqué pour ma santé… et en plus, pas besoin de se justifier au près du gynéco.
Moi : Pour l'allaitement ?
Mme I. : [opine de la tête et sourit].
Moi : Merci beaucoup. Merci pour l'intérêt que vous portez à ma thèse et merci pour votre temps.
Mme I : Non c'est normal, si ça peut faire avancer les choses. Vous avez lu « l'art de l'allaitement maternel » je vous le conseille.

---

42 ans, en concubinage (2e union), vivant en milieu urbain. Niveau bac+2, attachée commerciale.
3 enfants : une fille de 9 ans allaitée 3 ans, un garçon de 7 ans allaité 8 mois et une petite dernière de 20 mois toujours allaitée.

Entretien n°10 : Mme J.

Contexte : Alors que j'avais plein de documents sur l'allaitement prolongé dans les bras, j'ai rencontré Mme J. Après quelques minutes de discussion, elle m'a confié qu'elle aussi allaitait toujours son fils de 2 ans. Nous nous rencontrons en octobre 2013 pour un entretien de 50 min.

Mme J. : Par où commencer ? Et bien dans l'ordre, par mon grand garçon. Il a 5 ans maintenant et quand il est né, j'avais envie de l'allaiter. Après si ça ne marchait pas, ce n'était pas grave mais j'avais vraiment envie d'essayer. Après césarienne, petit bonhomme de 2,3kg donc pas facile. En fait, 2,3kg ce n'était pas normal parce qu'il est né après terme, a priori c'était un mauvais échange au niveau du placenta. Mais il a vite repris et pendant 4 mois ça a marché parfaitement. Les courbes montaient bien mais le pédiatre disait : « Ah non non, s'il réclame beaucoup, il ne faut pas lui donner à chaque fois… » donc ça a foiré. On a du mettre des compléments et jusqu'à 7 mois, il a eu sein et biberons. Pour moi ce n'était pas terrible mais lui, il adorait son biberon, donc quand j'ai repris le travail à 8 mois on a arrêté sans souci.
Moi : Déjà une belle réussite.
Mme J. : Oui, mais vraiment déçue que ça soit si compliqué. Avec un petit bébé comme ça, on pense toujours au poids avec des compléments dès que le poids baisse. Mais bon c'est déjà loin… Pour le deuxième, la naissance ça a été encore une catastrophe. Lui, il est né sous anesthésie générale après un long travail. En fait, ça n'avançait pas et quand l'interne m'a posé la péridurale, il a fait une brèche. Après comme ça ne marchait pas, ils ont voulu faire une rachis-anesthésie mais c'est monté plus haut. Mon dernier souvenir c'est que la tête s'engourdit et j'entends : on ne fait pas entrer le papa. Je me réveille 4h après, plus de bébé, personne… Mon bébé allait bien mais pas génial pour commencer avec la césarienne, 3 blood-patchs dans la semaine… heureusement que c'était le 2^{e} sinon je ne pense pas que j'y serais arrivé. L'allaitement s'est bien passé mais j'étais épuisée. Tout le monde me disait d'arrêter surtout que j'ai enchaîné sur 2 mois de fièvre et que j'ai dû être réopérée… Je vous raconte tout ça mais ça a beaucoup compliqué l'allaitement et je pense que ça a beaucoup joué sur mon fils. Avec les scanners, les anesthésies, les traitements… souvent il ne fallait pas que j'allaite et mon fils a toujours refusé les biberons. Ça a été pareil quand il a fallu que je reprenne le travail à 4 mois. A la crèche, il refusait le biberon alors que je tirais mon lait. Moi, je le trouvais encore petit et je voulais continuer à l'allaiter. J'ai du demander à mon chef, ce n'est pas facile avec un homme. Lui, il m'a demandé mais comment ça se passe, on vous amène votre bébé ? Ah c'est avec une machine ! Du coup il s'était renseigné et j'ai eu le droit à une pause d'1/2 heure. J'ai pu aller dans une des salles de réunion, la seule qui était un peu intime et qui fermait à clé. Je l'ai fait jusqu'à ce qu'il soit diversifié pour entretenir la lactation et aussi parce sinon ça fait mal... Les montées de lait ça peut surprendre, c'est vrai que ça donnait un peu de galbe aussi c'était sympa. [Rires]... Après je mettais dans le frigo bien caché dans notre cuisine. Et puis en fait je le jetais parce qu'il ne voulait pas du biberon. Comme il ne prenait pas de biberons c'était compliqué. Quand il faisait très chaud, à la crèche, ils lui donnaient un peu d'eau à la pipette parce qu'il n'a jamais voulu mettre les tétines à la bouche. Je pense que c'est parce qu'au début avec tous les antibios, il a été forcé de prendre des biberons.
Moi : Ah oui comment avez vous fait ?
Mme J. : Souvent le médecin me disait : vous tirez votre lait mais vous ne lui donnez pas. Moi j'appelais souvent le lactarium ou je regardais le site du CRAT car sur les boîtes c'est toujours écrit non. Parce qu'il vaut mieux continuer quand c'est possible parce que c'est dur avec le tire-lait, moi je n'arrivais pas bien à le faire, ça bloque avec les machines. Souvent quand je tirais mon lait, c'était plus pour la forme mais ce n'est pas idéal... Mais l'allaitement c'est continué. Il a commencé à bien manger, très gourmand, lui jamais de problème de poids. [Rires] C'est toujours resté à la demande y compris la nuit et il a commencé à bien dormir avec la marche vers 20 mois. On ne l'a pas gardé tout ce temps avec nous, on a mis le lit dans sa chambre vers 7 mois, un peu avant pour l'aîné. Mais jusqu'à 15-16 mois, au moins 2 tétées par nuit puis plus qu'une. Mais il a eu plein d'otites ! Pour la protection, moi je ne suis pas convaincue. Comme le premier en avait fait beaucoup, je m'étais dit

que l'allaitement allait le protéger mais ça n'a pas marché. Il a eu 2 fois des diabolos... mais l'allaitement c'est parfait pour le soin des oreilles, il a la position idéale et il reste bien 10min en place pour avoir l'oflocet. En fait je m'étais dit que je continuerai jusqu'à 1 an, avant qu'il parle, avant qu'il me demande... Et puis quand il a eu 1 an, on était en plein dans ses opérations pour les oreilles. Du coup, je me suis dit que ce serait pendant les vacances pour éviter que ce soit à une période où on ne s'est pas vu de la journée et puis les vacances ont passé et ce n'était pas fini donc on attend un an de plus jusqu'aux prochaines vacances... et puis les prochaines vacances sont venues et il marche, il parle... maintenant il ne tète pas tant que ça. Quand il est malade, il réclame beaucoup mais sinon c'est même plus systématique le soir. C'est quand il y pense, quand il est fatigué c'est le vrai câlin. Mais maintenant qu'il parle, il demande « faire la tétée maman », c'est adorable... mais maintenant c'est très exigeant : on change de côté, ton bras pas comme ça... on sent bien que ce n'est plus un bébé, et puis il faut un canapé car dans le fauteuil ce n'est plus possible.
Moi : Et à la maison c'est bien accepté ?
Mme J. : … Mon mari, il dit parfois : il est grand maintenant mais il n'intervient pas de trop. Ça lui a tellement facilité la vie, il ne se levait pas la nuit, rien à préparer... par contre l'aîné, il a toujours ses biberons. Il va avoir 6 ans mais comme c'est une petite crevette, qu'il ne mange pas beaucoup, quand il veut son biberon, on lui donne. Il m'a dit qu'il l'aurait encore quand il sera adulte... mais les tétées par rapport au grand, ce n'est pas simple. Au départ quand le petit tétait, le grand voulait que je tienne son biberon. Mais c'est vrai qu'après la césarienne je ne pouvais pas le porter. La naissance de son frère, ça a été une catastrophe avec une maman qui n'arrêtait pas d'aller au bloc... il était hyper-inquiet et je lui faisais peur en fait. C'est vrai que c'est là que le papa prend toute sa place... Le reste de la famille, ils n'ont trop rien dit. Mes beaux-parents, bon bah c'est comme ça, ça nous regarde et ils n'interviennent pas du tout. Peut-être qu'ils trouvent ça bizarre et qu'ils en parlent entre eux mais ils ne m'ont jamais rien dit. Mes parents non plus ; nous, on n'a pas été allaités, c'était l'époque où ça ne se faisait plus. Ma grande sœur, elle a allaité longtemps et ça été conflictuel avec sa belle-famille. Sa grande de 4 ans ça arrive encore qu'elle réclame à téter. Je ne sais même pas s'il y a encore du lait. Moi c'est vrai que je passe après alors elle a déjà montré la voie.
Moi : Et c'est avec votre sœur que vous avez découvert que l'allaitement pouvait se poursuivre ?
Mme J. : J'ai des amies aussi. On se rend compte que ça se pratique de plus en plus. Après, si j'avais pu faire 7-8 mois avant de reprendre à travailler, j'aurais arrêté je pense mais 4 mois c'était trop petit pour arrêter et je n'étais pas prête... Le congé maternel jusqu'à 2 mois ½ c'est trop court, moi j'ai eu un arrêt avec tout ça et je voulais prendre un congé parental un peu plus long mais quand j'ai eu la place en crèche, ça ne se refusait pas et j'ai repris le travail plus tôt à mi-temps. Je m'étais dit si ça ne marche pas, ce n'est pas grave, mais on n'a pas réussi à introduire le biberon ; du coup, on a continué et les jours ont passé les uns après les autres... mais quand je voyais ma nièce qui réclame la tétée devant tout le monde, je me disais « non ce n'est pas possible ». Mais je crois que quand c'est soi-même on ne voit plus tout ça. Maintenant, il est vraiment grand, on ne le fait plus mais quand à 1an1/2 il réclamait chez le docteur par exemple, je lui donnais. Si les gens ça les gênent, je me dis tant pis, mais je crois qu'il comprend car il ne réclame plus en public... sauf à la plage, ça il aime bien téter à la plage. Mais en fait c'est plus dur dans une salle d'attente... C'est vrai que pour les calmer, il n'y a rien de mieux. En dessous de chez nous, ils viennent d'avoir un bébé. La pauvre… il pleure beaucoup et je ne crois pas qu'elle l'allaite alors elle doit beaucoup marcher. Nous aussi pendant les otites, on a dû marcher car il ne supportait plus la position allongée… beaucoup de portage avec le porte-bébé devant jusqu'à il n'y a pas très longtemps… C'est vrai que ça les calme bien. Hier, j'ai eu une grosse colère de 40 min, dans la rue, à l'école, à se débattre dans la poussette alors que tout le monde nous regardait. Il s'est calmé à la maison avec la tétée. Ça facilite vraiment la vie, la nuit au lieu d'être à bercer à ne plus tenir debout, on s'installe bien assis et ça dure 20 min. Il se rendort et c'est fini. Après mon grand, il ne nous a jamais fait ça. Après quand je pense aux deux de ma sœur qu'elle a allaité longtemps, c'est vrai qu'ils font beaucoup de colères, de crises. Je me demande parfois s'il y a un lien, après c'est peut-être juste une histoire de caractère. Souvent mon deuxième me dit qu'il veut aller à l'école alors je lui dis qu'avec les couches et la tétée ce n'est pas possible. J'aimerais bien que ça s'arrête avant l'école. Il est grand maintenant, il faut que notre rapport change.

Le soir il ne s'endort plus au sein mais on ne fait pas l'histoire, on a le rituel avec les doudous, la tétée, les caresse dans le dos, le dernier câlin... oui ça prend 1/2h. Depuis pas longtemps, je sors un peu et c'est papa qui les garde. Ce n'est pas facile parce que on leur enlève les moyens de se débrouiller mais bon ça les a bien soulagés, ils ont pu dormir tout ce temps. Après si je ne suis pas là, et bien il mange quand même, après l'allaitement s'arrêtera peut-être.
Moi : Après s'il ne boit pas pendant 3 jours, ça ne va pas s'arrêter comme ça.
Mme J. : Ah oui, bah ça je n'en sais rien. Je ne me suis pas vraiment documenté là-dessus.
Moi : J'ai rencontré des mamans qui me disaient que les enfants ne tétaient plus qu'une fois par semaine avant de se sevrer naturellement.
Mme J : Donc ma sœur, il lui en reste peut-être alors ? C'est vrai qu'il sait me dire de changer de côté, c'est comme pour le goût. Maintenant, je ne fais plus attention, si j'ai envie de manger épicé je mange épicé et une fois il m'a dit : maman, pas bon le lait... Le grand m'a demandé d'essayer mais je ne peux pas. Je lui dis « tu ne peux pas, tu es un grand, ça va te faire trop bizarre », moi aussi... Ça le travaille un peu, « moi c'était comment ? » C'est vrai que ça duré moins longtemps, c'était beaucoup plus compliqué mais le rapport qu'on a eu, c'était le même, les câlins, le biberon dans les bras. C'est des beaux moments, après une naissance compliquée, moi je m'accrochais à ça. À chaque fois qu'il y avait un truc, la seule idée que j'avais, c'était comment je fais pour les tétées. Je crois que c'était mon moyen de faire passer la pilule surtout que le gynéco était odieux. Une naissance sous anesthésie générale c'est quand même triste, on se réveille le ventre vide alors que l'on n'a pas été prévenu après il y a eu les blood-patchs et avec un césarienne c'est dur car il faut bien se pencher, ils prennent beaucoup de sang, il faut être à jeun et quand on doit allaiter ce n'est pas facile. A chaque fois les maux de tête qui revenaient ; j'en pouvais plus, après 8 jours, j'ai demandé à sortir, et dès le lendemain la fièvre a commencé. Pas forte mais tous les jours et les marqueurs infectieux sur les prises de sang très perturbés. C'est mon généraliste qui a trouvé l'origine de la fièvre mais il a fallu les scanner et tout ça. Elle m'a demandé de continuer avec ce gynéco pour le suivi mais il était vraiment odieux. C'est lui qui était de garde pour la naissance de mon premier et je suis bêtement aller le voir pour ma deuxième grossesse. Dès le premier rendez-vous, ça ne s'est pas bien passé et puis après à la clinique je n'avais plus le choix... Si j'avais su que je devrais encore le voir tous les 3 jours après la naissance, j'aurais carrément changé de clinique... Mais le reste de l'équipe, c'était très bien. Après quand j'étais chez moi, j'étais inquiète avec tous ses médicaments les antidouleurs, les antibiotiques. J'essayais de prendre le minimum pour la douleur. C'était très résistant, j'ai eu double antibio plusieurs fois. Je rappelai le lactarium à chaque fois et il me disait si c'était bon, des fois il proposait un autre antibiotique équivalent mais qui était mieux pour l'allaitement alors je revoyais ça avec mon généraliste. Le gynéco, il me disait d'arrêter, que j'étais trop fatiguée pour continuer et que de toute façon les bébés ils n'en ont pas besoin. A mon avis, il n'était pas pro-allaitement, nan vraiment très méprisant.
Moi : Et depuis cet épisode ?
Mme J. : La santé ça va. C'est vrai, qu'à part les césariennes, je n'ai pas eu d'intervention. Je n'avais jamais été malade. Maintenant, on attrape tous les trucs des petits.
Moi : Vous avez du consulter pour vous depuis ?
Mme J. : Je n'ai pas revu de gynéco jusqu'à il n'y a pas longtemps. Ma généraliste m'a conseillé une dame très bien. Elle m'a dit que l'allaitement c'était très bien et que c'était courant maintenant de continuer. Mais c'est vrai que je me demande si ma généraliste est au courant que j'allaite encore. Ça fait longtemps que l'on n'en a pas parlé. C'est vrai que j'ai pris l'habitude de vérifier sur le CRAT si je peux ou non prendre un traitement alors je ne pense pas toujours à le dire.
Moi : Et nous, on ne pense pas toujours à le demander. Avez-vous vu des choses dans les média autour de l'allaitement ?
Mme J. : Alors chez nous, la télé elle n'est plus très souvent allumée à part pour les dessins animés. J'ai quand même l'impression que c'est plus courant, que l'on voit plus souvent allaiter dans les parcs, souvent des petits. Des grands pas beaucoup encore mais c'est vrai que l'on en parle pas beaucoup en dehors du cercle très privé. Je n'ai pas de collègue avec qui en parler, c'est plus des dames de 50 ans mais certaines trouvaient déjà ça fou de continuer alors qu'il n'avait que 6 mois. Donc après c'est

sûr, on en parle plus de trop. Dans les médias, il n'y a pas beaucoup de thématique sur ça. J'ai déjà vu un documentaire avec une fille de 7-8 ans qui pleurait parce qu'elle n'y arrivait plus et c'était pathétique. Il y a un âge où ça devient limite et mon fils arrive à cet âge-là. La crèche ça passe encore mais pas l'école... entre nous c'est naturel mais il est grand, j'ai du mal à le tenir. Pour l'instant, il y a encore le côté alimentaire le matin parce qu'il n'aime pas le lait même avec les céréales. Des fois, il apporte son biberon à son frère mais lui jamais il ne va goûter. Bon après c'est bien parce que les tétines c'est casse-pieds. L'aîné l'a gardée longtemps et là on va chez l'orthophoniste parce qu'il parlait beaucoup avec.
Moi : Et bien je crois qu'on a déjà parlé de beaucoup de choses autour de l'allaitement, des soucis de santé et les recours que vous avez eu. J'aimerais bien que l'on aborde maintenant la santé en général.
Mme J. : Il y en a plein qui disent que ça fatigue, moi je trouve que ça repose. [Rires] A mon avis, ça doit prendre de l'énergie mais je ne trouve pas que ça fatigue. C'est vrai que le docteur, quand je n'étais pas bien, m'a demandé si j'étais sûr de vouloir continuer et je lui disais que c'était les moments où je me reposais et là il m'a dit que ce n'était pas normal car ça voulait dire que je ne me reposais pas assez. En fait, ces des moments où on est zen et ça aide à se sentir mieux. Il y a peut-être un truc qui se passe avec la production de lait. En fait, je n'avais pas tellement envie de me renseigner sur comment ça se passe. Je regardais ce qui passe dans le lait, ce qui ne passe pas mais pour le reste… J'avais acheté le livre de la leche league quand même pour la reprise du travail mais pour moi, c'est trop du coup on n'y croit pas. C'est comme les campagnes anti-tabac, c'est trop dans l'excès pour qu'on entende le message. Si on a envie d'avoir des informations, ce n'est pas là qu'on les trouve car on a l'impression que c'est faussé pour que ça aille dans leur sens. C'est un petit peu trop secte, après je ne parle pas de celle de Nantes mais plutôt de leurs livres, de leur site… Après à la demande, ça me semble vraiment important, j'ai bien vu quand la pédiatre m'a dit de les espacer. Même quand ils sont un peu plus grands, si on ne fait pas à la demande, nous on baisse ou alors on ne suit pas s'il a un pic de croissance. Bon maintenant c'est à la demande pour les câlins… Mais moi pour ma santé, ça m'a aidé c'est sûr.
Moi : Vous parliez des campagnes anti-tabac…
Mme J. : oui parce que je suis fumeuse. Alors pendant le temps de la grossesse, quelques cigarettes oui c'est arrivé, ce n'est pas terrible mais je n'en faisais pas un drame. Après quand il est né, nan, mais depuis je refume un peu. J'évite collée à la tétée, mais après je ne suis pas une grosse fumeuse, je ne fume pas de la journée ou au travail. C'est le soir quand il est couché ou quand on est avec des amis. Quand le gynéco l'avait su, il m'avait directement envoyé chez la sage-femme anti-tabac qui m'avait dit c'est zéro car même une ce n'est pas bien. Après on respire aussi les gaz d'échappement, on ne peut pas les protéger de tout. L'alimentation on ne sait pas toujours ce qu'il y a dedans. Les biberons on apprend qu'il y avait du bisphénol alors que c'est cancérigène.
Moi : Au niveau vaccinations ?
Mme J. : Alors moi je dois être à jour et les enfants on a dû tous les faire… Un petit doute sur l'hépatite mais on en a discuté avec mon médecin. J'ai beaucoup confiance en elle et quand elle me dit qu'elle le ferait pour ses enfants, je lui fais. Elle est beaucoup médicaments et s'il faut des antibiotiques pour une otite, elle ne va pas se poser de questions. En complément, on est allé voir l'homéopathe un petit peu, l'ostéopathe aussi. Ils prennent beaucoup de granules en prévention, c'est un budget d'ailleurs… Pour l'ORL et les dents… Après s'ils sont vraiment malades, on va la voir. Ils ont eu souvent des antibiotiques quand même.

---

37 ans, mariée, habitant à Nantes. Bac +3
2 enfants de 5 et 2 ans, allaités 7 mois et non sevré pour le 2^{e}
Employée de la fonction publique catégorie B

Entretien n°11 : Mme K.

Contexte : Mme K. est une amie de Mme H. Elle m'avait transmis ses coordonnées après lui avoir parlé de notre rencontre. Mme K. me reçoit chez elle en octobre 2013 pour un entretien d'1 heure.

Moi : Alors 5 enfants vous me disiez, 5 allaitements ?
Mme K. : Oui. Le premier, je ne l'ai allaité que 2 semaines parce que je reprenais le travail, j'étais étudiante alors, et certainement pas assez confiance en moi. La deuxième, 2 ans après, j'étais déjà mère au foyer et je l'ai allaité 9 mois. Pour les derniers, j'ai arrêté quand j'étais enceinte du suivant. La troisième, je l'ai allaité 16 mois, le quatrième aussi et la dernière 2 ans.
Moi : Ça fait pas mal de mois tout ça !
Mme K. : [Rires] Oui et en volume aussi !
Moi : Donc pour votre premier, peu de temps mais la volonté de le faire tout de même…
Mme K. : Oui, parce que ma mère avait allaité, donc ça allait de soi. Après une fois que la réalité de ce que c'était est apparue, je n'ai pas eu la force. Sachant que je devais retravailler au bout de 2 mois, de toute façon la motivation n'était pas là. Les circonstances faisaient que ce n'était pas le bon climat.
Moi : Et vous avez été soutenue à ce moment-là ?
Mme K. : … Non, mais en fait ce n'était pas un drame s'il passait au biberon. Il est né en plein été, il faisait très très chaud et il avait toujours soif. Je pense que je ne le mettais pas bien en place et avec les grands principes de l'allaitement pas plus de 10 minutes, toutes les 4 heures… toutes les choses qui font que ça se passe mal. L'allaitement spontanément s'est très vite arrêté, de toute façon je n'ai jamais eu beaucoup de lait comme certaines femmes peuvent avoir, je n'ai jamais dû lutter contre mon lait sauf une fois. Pour la deuxième par contre très motivée, peut-être l'envie de compenser puisque pour le premier ça avait été un échec avec l'impression que mon bébé était distant. Beaucoup plus motivée et en plus, il y avait 2 mamans autour de moi qui allaitaient très longtemps et du coup la perspective que ce n'était pas que pour 3 mois. Ma mère avait allaité 3 mois donc c'est vrai que dans ma tête c'était 3 mois.
Moi : Donc une nouvelle idée de l'allaitement…
Mme K. : Oui mais ça veut dire aussi qu'on fait du co-sleeping à partir d'un moment parce qu'il faut tenir le coup. Donc ça, ce n'est pas bien vu donc on ne le dit pas… Le fait de la mettre à volonté, aussi souvent qu'il faut et aussi longtemps qu'il faut donc pas sortir pendant des mois. Ça n'était pas un problème pour nous mais on se rend compte que c'est aussi une affaire de couple avec un papa très à l'écoute. J'ai dû commencer à 6 mois à lui donner autre chose à manger et puis à 9 mois elle s'est arrêtée peut-être parce que j'étais trop fatiguée mais en tout cas je n'ai pas eu la sensation que c'était dur d'arrêter. Pour la troisième, la même chose, ça a démarré facilement. À la maternité, on ne m'a même pas posé de questions sauf que c'était un tout petit bébé et qu'ils ont été très attentifs sur son poids. Moi je voyais bien que ça allait bien. Après j'ai eu une grosse lymphangite et par bonheur c'est arrivé un dimanche. Je suis tombé sur un médecin de garde qui a été très ouvert et qui a tout de suite dit : on va trouver un antibiotique qui va vous permettre de continuer à allaiter. Je sais que si c'était mon médecin normal, ça ne passait pas. Et puis entre temps j'avais fait la connaissance de Mme H. et qui est venu me soutenir. Elle m'a dit ça va durer 2 jours, ça va être douloureux mais tu vas y arriver. C'est vrai que j'ai rarement été aussi mal : c'était dur, écarlate, j'avais de la fièvre, des frissons… Je voulais vous dire aussi le fait que systématiquement je n'ai pas dit la vérité au médecin. Mes bébés, ils étaient petits, ils ne grandissaient pas vite alors à chaque fois que l'on me demandait : vous avez différencié ? Bien sûr ! Il n'y a plus de tétée la nuit ? Bien sûr ! Vous ne fait pas de co-sleeping ? Bien sûr ! Je savais quelle réponse donner pour pas qu'on m'embête.
Moi : A chaque fois vous aviez le même genre de question ?
Mme K. : Oui, sauf peut-être pour la dernière où on m'a laissé tranquille. Non mais c'est vrai qu'ils ne prenaient pas beaucoup de poids et j'ai tenté de leur donné à boire avec un biberon ou de donner à manger autre chose mais c'était un refus catégorique avant 9 mois. Ce n'est pas facile d'aller contre le dogme… Je n'ai pas vraiment le souvenir de préparer des repas spécifiques pour eux puisqu'ils commençaient directement à manger comme nous. La troisième est quasiment passée de mon lait

aux spaghettis bolognaise, avant elle ne voulait rien manger et maintenant elle est en pleine forme. Après on a la chance qu'il n'y a pas de cas d'allergie… Pour la troisième et le quatrième, l'allaitement s'est arrêté à la grossesse suivante.
Moi : Vous aviez moins de lait à ce moment ?
Mme K. : Non, c'est la gynéco qui m'a dit qu'il fallait arrêter. J'aurais préféré qu'on ne me dise pas quoi faire et que ça se fasse tout seul avec le relais hormonal mais ça n'a jamais été la mort dans l'âme puisqu'ils mangeaient, ils marchaient et je savais qu'il fallait aussi que je me repose. J'avais l'impression d'avoir mené mon allaitement à terme et puis il fallait faire la place pour le suivant. Depuis j'ai su qu'il y a des femmes qui arrivent à allaiter 2 enfants en même temps, que la composition du lait n'est pas la même en fonction de l'enfant qui tête mais ça on le découvre après.
Moi : Vous auriez co-allaité sinon ?
Mme K. : Non je ne crois pas. En fait, j'ai toujours refusé d'être à leur disposition. A partir de la marche, je ne voulais pas qu'ils puissent venir se servir, je ne voulais pas être un self-service. C'était à la demande mais quand même quand je voulais pour ne pas être une vache à lait. Du coup, pour la dernière, je crois que c'est moi qui lui ai dit que ça suffisait. Son papa lui a dit aussi et ça s'est arrêté comme ça. Elle était grande, je crois même qu'elle était propre… Après bien évidemment, j'ai fait beaucoup d'endormissement au sein et on avait compris avec mon mari que quand il fallait que ça s'arrête, c'était le moment où il prenait le relais sinon je n'allais pas changer les habitudes, c'était trop facile comme ça… Pour le quatrième, j'ai eu une grosse pneumonie, c'était encore un week-end. Il devait avoir 2 ou 3 mois donc hors de question d'arrêter et heureusement que je suis tombée sur un médecin de garde qui l'a rapidement compris. Il a cherché et il a trouvé un antibiotique adapté.
Moi : Quand vous dites heureusement que je suis tombé sur un médecin de garde, vous pensez que ça aurait été différent avec votre généraliste ?
Mme K. : Bah je sais qu'ils veulent bien faire mais faut juste connaître l'antibiotique qui passe avec l'allaitement et surtout ne pas dire d'arrêter l'allaitement. Le bébé aide, clairement c'est lui qui nous soulage le plus. Là c'était le fameux engorgement qui suit la reprise de la lactation après le pic de croissance. Et là, je peux vous dire que les médecins ne sont pas au courant des cycles de production de lait et qu'à 3 semaines, 3 mois, il y a des baisses et qu'ils ne savent pas qu'il faut simplement remettre le bébé au sein toutes les heures. Chez moi, j'ai bien vu que la production de lait, elle est fluctuante jusqu'à 6 mois et après c'est à volonté. Donc c'est vraiment long et quand on doit reprendre à travailler c'est très dur. Après je vois bien que les choses changent, c'est à partir du quatrième qu'on me l'a laissé sur le ventre et j'ai pu les allaiter tout de suite après la naissance. Ça va de soit pourtant, il rampe pour aller téter, le peau-à-peau ça prolonge la grossesse et je n'ai pas le souvenir d'avoir pu le faire avant.
Interlude coup de téléphone d'une maman de l'association des parents d'élève.
Moi : Pendant cette petite pause, je regardais vos poules qui se sont installées au soleil sur la terrasse.
Mme K. : Oui elles sont très sociables en fait. [Rires]
Moi : Elles font parties d'une certaine démarche j'imagine.
Mme K. : Oui très clairement. Peut-être que le point de départ de tout ça a été d'ailleurs l'allaitement. On a une maturation personnelle progressive sur le naturel, l'environnement… on se construit autour de ça en fait. Quand on fait un allaitement long, on finit par se connaître entre nous et je vois bien que ça va de paire avec la démarche écolo sans dire écologique parce que ça fait politique. On se retrouve face à des personnes qui nous ressemblent… c'est vrai que moi j'ai beaucoup aimé être enceinte et je trouve que c'est prolonger ces instants d'intimité même s'ils sont dehors. C'est très animal en fait. On vit quelque chose de réflexe, de primaire et le regard de la société s'oppose à ça ; on ne dort pas à plusieurs, le bébé ne doit pas être entre les parents, il faut rapidement reprendre une vie sexuelle… Les femelles dans la nature, elles ne font pas comme ça. [Rires] Le plus dur c'est le regard de la société en général, je pense que c'est spécifique à la France mais il y a beaucoup d'idées préconçues. Dans les autres pays, c'est quand même moins comme ça mais il y a aussi moins de femmes qui travaillent.
Moi : Autour de l'allaitement vous aviez rencontré des réactions particulières ?

Mme K. : oui des « mais tu allaites encore », « tu ne vas jamais réussir à t'en séparer » mais moi je ne me suis jamais sentie esclave. Je n'ai jamais eu le besoin d'aller m'éclater à l'extérieur alors qu'aujourd'hui il y a une surenchère d'activité, il faut pouvoir raconter tout ce que l'on a fait… Moi j'ai toujours allaité à l'extérieur et c'est rigolo car ce matin en sortant de l'école j'ai vu une maman qui allaitait son bébé. C'est vrai que je me revois en train d'allaiter sur le parking du supermarché avant d'aller faire les courses… C'est plus des réflexions de copines que j'ai eue, ma mère aussi ça l'a déstabilisée. Elle avait l'impression d'avoir réalisé un exploit en nous allaitant 3 mois parce que dans les années 70 c'était devenu rare… Je ne sais pas ce que je dirais à mes filles si elles me disent qu'elles veulent donner le biberon, ou mes belles-filles ça me ferait bizarre. Je pense que j'essayerai de les soutenir dans leur démarche sans chercher à les convaincre. C'est vrai que l'on en jamais parlé et je ne sais pas quel ressenti elles ont par rapport à l'allaitement. Après elle m'ont vu allaité partout, à table…J'ai une copine qui a 6 enfants et qui n'a pas allaité parce que c'était un choix de couple, enfin son mari ne voulait au début et comme elle ne l'avait pas fait pour les premiers, elle ne l'a pas fait pour les suivant. Après je voyais bien qu'elle donnait le biberon comme moi je donnais le sein ; il y avait la même interaction, la même tendresse… Si c'est pour allaiter en regardant la télé, il n'y a plus d'échanges de regard… Moi, le côté pratique, a posteriori, a été très important. Pas de prise de tête sur ce qu'il faut emmener, ne pas emmener. J'ai bien vu par rapport au premier comment on était léger sans les biberons. Bon après la nuit, il faut se réveiller. J'ai su que pour d'autres copines ça c'est vite, mais nous on n'a pas fait de nuit à chaque fois pendant 2 ans. Mais même avec le premier, on n'a pas mieux dormi. Ça fait quand même 10 ans au total sans dormir. [Rires] … Je repense à une copine qui a réussi à continuer d'allaiter tout en travaillant, elle m'a dit 16 et 20 mois. Avec le tire-lait, une tétée que matin et soir… Moi je n'ai jamais eu à vivre ça, j'ai toujours eu mon bébé avec moi et pas d'organisation matérielle à prévoir. Je pense qu'il faut une sacrée volonté pour faire ça… C'est vrai que l'intérêt nutritionnel pour le bébé au-delà de 6 mois, je ne le connais absolument pas. Pour moi c'était juste poursuivre un bien-être ; du coup quand on retravaille je ne sais pas comment ça peut s'intégrer facilement au rythme qu'il faut avoir pour tout faire. Ma sœur qui est active, elle attend le quatrième, je ne sais pas comment elle peut intégrer son bébé ou… ressentir du bien-être dans toute cette frénésie.

Moi : Est-ce que dans les médias, il y a des choses qui vous on fait réagir ?

Mme K. : Bon on n'a plus la télé maintenant. Pendant une période, je regardais « les maternelles » où ils en parlaient parfois… J'ai dû voir un truc l'année dernière sur une manifestation avec des femmes qui allaitaient en extérieur. C'est vrai que moi, je n'ai pas eu de démarche militante pour ça, sur d'autre chose mais pas sur l'allaitement, c'était plus au coup par coup quand je rencontrais des mamans. Moi je ne suis jamais allé à la leche league, je n'ai jamais adhéré à une certaine forme de fanatisme mais localement on s'est fait une mini leche league en fait. Soutien, conseil on faisait pareil entre nous. Je me souviens d'une copine qui pour son premier allaitement prolongé, arrivé à 15 mois elle avait peur que ça ne s'arrête jamais. Je lui ai dit que si elle n'en avait plus envie, c'était à elle de dire à son bébé que maintenant c'était fini : « c'est ton corps, tu n'as pas à laisser l'enfant décider ». Après c'est peut-être stéréotypé ce que je vais dire mais parfois je me demande s'il n'y a pas de différence entre les filles et les garçons. Le petit garçon a souvent plus d'emprise… comme une relation de pouvoir. Je vois avec mon quatrième, il a gardé les mêmes gestes que petit, il tète encore *[un doudou ou le pouce],* il touche, il palpe et des fois je dois lui dire que ça suffit. Je n'ai jamais eu l'impression avec les filles que j'étais à leur disposition. C'est pour ça que je crois que 2 ans c'était vraiment ma limite.

Moi : Vous aviez pensé à des âges, à la marche comme limite ?

Mme K. : Non parce qu'ils n'ont pas marché aux mêmes âges. [Rires] Comme ils n'étaient pas gros, c'est aussi par rapport au poids, à la taille. J'ai continué jusqu'à l'impression que ça y est, ils soient prêts, de leur avoir donné tout ce qu'il fallait. Ils n'ont jamais été malades. Il n'y a que le premier qui a eu une fois des antibiotiques dans sa vie. Bon pour les suivants, je pense que l'on en donnait moins aussi… C'est vrai qu'à partir où on n'a plus la pression du lait qui monte, on ressent moins le besoin de leur donner mais comme ils ne dormaient pas bien je crois que c'est aussi pour ça qu'on a dit stop. Et dès que l'on a arrêté, ils ont tous trouvé un substitut alors qu'ils ne tétaient rien avant. Ça continue

encore mais je ne me prends pas la tête avec ça, il y aura l'orthodontiste après.
Moi : Et dans votre démarche du plus naturel possible, la santé ?
Mme K. : Et bien, on va chez le médecin une fois par an pour les mesurer et les certificats médicaux. Les vaccins on fait les classiques. Moi j'ai fait la rougeole à 20 ans et j'ai compris que ça pouvait se compliquer.
Moi : Contraception ?
Mme K. : Alors ça a été une grosse prise de bec avec mon gynéco. Parce que je n'ai rien pris pendant la période où on a eu les enfants et au cinquième on s'est dit que mon mari pourrait se faire vasectomiser. Mais il n'y a pas eu moyen. Moi je pouvais me faire opérer mais pas lui alors qu'on a le même âge. Ça m'a énervé puisque entre la deuxième et la troisième, j'ai eu une grosse intervention pour une tumeur thoracique et j'ai vécu un an avec les médecins en permanence et je n'avais plus envie de ça. Ça a été très handicapant et je n'avais plus envie de repasser sur le billard. Moi les seuls que je voulais bien voir c'était les gynécos pour l'accouchement. J'ai accepté qu'elle me mette un stérilet et ça s'est très mal passé avec plein de troubles qu'elle n'a pas voulu entendre en disant que c'était psychologique. Du jour où je l'ai enlevé, plus rien ! Du coup on a continué comme à 18 ans avec des préservatifs, pour l'instant on est suffisamment vigilant pour que ça marche. Ma fille pourra bientôt être sous pilule mais je ne sais pas si je l'inciterais. On entend tellement de trucs sur les hormones que je suis très mal à l'aise de lui dire de la prendre. Je trouve que l'on joue un peu trop aux apprentis sorciers. En plus je trouve que ça ne les éduque pas par rapport au SIDA. Notre génération a été beaucoup plus sensibilisée par rapport à ça et le risque de tomber malade, ils ne l'ont plus en tête. Ils ne pensent plus qu'au risque de tomber enceinte et encore il y a la pilule du lendemain. Je trouve que les garçons doivent prendre aussi leur responsabilité parce que c'est sexiste de dire que les filles s'en chargent avec la pilule. Je crois que pour le moment elle ne l'a pas trop en tête alors j'essaie d'induire la même chose qu'avec mon fils : « les préservatifs, c'est systématique, ça ne change rien, ça marche bien… » C'est vrai que dès que l'on n'est pas dans la norme, on pose question.
Moi : 5 enfants par exemple.
Mme K. : N'en parlons pas ! Les gens nous demande si c'est une philosophie, bref savoir si on est religieux, bah non même pas. Avec le temps, on apprend à se dégager du regard mais par rapport à l'autorité du médecin ce n'est pas toujours facile à assumer. Lui, il va se permettre de nous juger avec ses connaissances. Je peux le concevoir mais pas dans une consultation de 10 minutes… nous on n'est pas des irresponsables.
Moi : Vouliez-vous aborder quelque chose d'autre ?
Mme K. : Oui, je voulais absolument vous parler d'un produit qui n'existe plus en France mais qui était une merveille pour la cicatrisation, c'était vraiment un produit miracle : Oligoderm labcatal. C'était en spray avec des oligoéléments. La lanoline ça marche pas terrible, le castor équi ça ne sert à rien… C'est sûr que c'était une niche mais c'était une merveille.

---

42 ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain
5 enfants de 16, 14, 11, 9 et 7 ans allaités de quelques semaines à 2 ans
Formation d'ingénieur agro-alimentaire, mère au foyer

Entretien n°12 : Mme L.

Contexte : Lors d'une consultation de suivi de nourrisson, je discute allaitement avec une maman. Elle m'explique que l'une de ses amies péruvienne allaite toujours sa fille de plus d'un an. Ravie de mon intérêt, elle me propose de nous mettre en contact. Mme L. me rappellera quelques semaines plus tard pour me proposer une rencontre chez elle en octobre 2013. Notre entretien dure 1 heure en présence de sa fille.

Mme L. : Vous trouvez facilement des mamans ?
Moi : Oui oui et chaque maman me donne souvent le nom d'autres mamans, mais au départ c'est souvent par hasard. Là c'est en parlant avec votre amie que je vous ai découverte.
Mme L. : Ah c'est génial !
Moi : Donc c'est votre premier enfant et l'allaitement se poursuit ?
Mme L. : Oui, d'abord j'avais pensé à lui donner le sein que 6 mois parce que j'avais vu que c'était recommandé les 6 premiers mois. Mais après, ça s'est fait très naturellement. Comme ça continuait je me suis dit bon on verra. Il y a 1 mois j'ai essayé de commencer à la sevrer mais elle ne veut pas, elle n'est pas convaincue. [Rires] J'ai lu quelque part que c'est souvent l'enfant qui décide d'arrêter alors finalement au lieu de lutter, je crois que je vais faire ça et je vais attendre qu'elle se sèvre toute seule. J'espère que tu ne vas pas prendre trop longtemps non plus. [Dit elle en prenant sa fille dans ses bras]
Moi : Dans votre entourage, il y a des femmes qui allaitent ?
Mme L. : Au Pérou, c'est quelque chose de courant. C'est la première chose à laquelle on pense à faire quand on tombe enceinte. Ici c'est vrai qu'on me demandait souvent si je voulais allaiter. Après c'est vrai que quand on travaille, c'est difficile de poursuivre l'allaitement après les 3 mois post-natals. Mais la formule c'est très cher ! Alors les mamans qui n'ont pas les moyens d'acheter la formule, elles vont trouver la façon de continuer à allaiter longtemps. Les mères qui ont les moyens et qui n'ont pas envie de s'embêter à tirer leur lait, elles passent à la formule. Mais longtemps, ils ont dit que la formule c'était mieux que le lait maternel… [Gémissements de sa fille qui se tortille dans ses bras] Je crois que vous allez avoir une petite démonstration ! Moi, j'ai écouté plutôt ici comme quoi le lait maternel c'est meilleur mais que peut-être on ne va pas avoir de lait. Mais je crois qu'en fait ça marche bien et que le corps sait ce qu'il faut faire. Heureusement ça se passe bien, je ne suis pas fatiguée mais au contraire je trouve que ça a été beaucoup plus facile que si j'avais le biberon. Moi, je trouve que ça a été très facile d'allaiter, c'est toujours prêt, c'est toujours chaud. [Rires] Pour le moment, je ne travaille pas alors peut-être que si je travaillais, ça serait une grande contrainte mais pour le moment où je suis à la maison ça m'arrange très bien.
Moi : Et c'est à la demande ?
Mme L. : Les premiers mois c'était toutes les 2 heures. Après quand elle a commencé à manger ça s'est espacé. Aujourd'hui, le matin c'est une longue tétée, après j'essaie de ne pas lui donner avant le déjeuner sinon elle ne mange plus. Après, elle mange et j'essaie qu'elle oublie de demander, je lui donne son midi, un yaourt, un biscuit pour bien la gaver mais non elle n'oublie jamais. Il y a quelque chose qui manque. [Rires] Après vers 4-5 heures, c'est une compote avec du quinoa bouilli et après j'essaie de ne pas lui offrir si elle ne demande pas. Parfois ça marche mais souvent elle demande. Après le bain, ça, elle ne rate pas et un peu avant de dormir, mais c'est plus pour la calmer avant de dormir. Je sais que ce n'est pas bien mais ça la met en mode dodo et quand je la mets dans son lit, elle a rempli tout ce qu'il y avait à remplir.
Moi : Quand vous dites que ce n'est pas bien c'est qu'on vous a dit quelque chose ?
Mme L. : C'est vrai que comme c'est ma première, je ne savais pas comment faire et à la PMI, elle est mignonne la puéricultrice, mais je crois qu'elle a des idées très anciennes. Parfois je demande, j'écoute et j'essaie de faire comme ça m'arrange. Par exemple, quand elle ne faisait pas ses nuits complètes, à 5 mois, j'ai demandé si elle avait des trucs et elle m'a dit de ne surtout pas lui donner le sein. Elle m'a dit de lui donner de l'eau mais ça n'a jamais marché et j'ai fini par lui donner le sein parce que c'est bien plus rapide pour l'endormir. En fait, elle faisait ses nuits vers 2 mois puis elle a

commencé à se réveiller une fois par nuit et là c'était le sein le plus efficace. En juillet, on a voyagé au Pérou et là elle a recommencé à téter comme un petit bébé. Je crois que c'était tous les changements et là-bas on dormait dans le même lit parce que pas de lit-bébé. Pour moi, c'était plus rassurant de la mettre de mon côté contre le mur et là, comme elle avait le sein tout près, elle a bien profité. [Rires] 4 fois par nuit souvent et quand on est rentré, elle a voulu continuer à profiter comme ça. Le cauchemar pendant 2 semaines, elle m'a réveillé 2-3 fois par nuit et là c'est bon, elle refait sa nuit complète.
Moi : Ah c'est mieux. Et ici elle dort avec vous ?
Mme L. : Non, après le premier mois, elle a commencé à dormir dans sa chambre. Mais ça, c'est surtout papa qui avait peur qu'elle reste toute la vie. [Rires] Elle n'a pas fait trop de problème pour aller dormir dans sa chambre… C'est vrai qu'au début, j'ai fait ça pour le côté nutrition et il y avait des mamans qui me disaient que le lien émotionnel était très important. Comme c'était ma première ça je ne savais pas et c'est vraiment après que l'on comprend. Je suis très contente de comment ça se passe et je ne changerais pas.
Moi : Vous feriez pareil avec le suivant ?
Mme L. : Oui… après on a planifié d'avoir qu'un seul mais on ne sait jamais. [Rires] Je suis très contente avec l'allaitement comme ça. Je sens qu'elle est contente, elle n'a pas eu de maladie. On a visité le médecin que pour les contrôles réguliers. Même pour les dents ça n'a pas été un cauchemar… Ça remplit bien son estomac, ça rempli bien ses besoins émotionnels et ça lui permet de bien s'endormir, d'être relax, calme. Après je ne peux pas comparer avec un autre enfant [Rires] mais je pense que ça la rend bien dans sa peau et moi aussi.
Moi : Oui c'est sûr que c'est un truc à 2 mais aussi à 3. Il y a papa aussi…
Mme L. : Papa, ça été dur au début. Il croyait que si j'allaitais trop longtemps mes seins allaient tomber et seraient moches. On a beaucoup bataillé avant qu'elle naisse parce qu'il voulait que j'allaite que 2 mois maximum. Dans ma tête c'était déjà 6 alors je lui ai dit oui oui… pas la peine de discuter avant l'heure ! Il a 10 ans de plus que moi mais il a eu 1 enfant à 20 ans. Je crois que dans sa tête c'était le cauchemar parce que le bébé allait pleurer mais quand on est jeune ce n'est pas la même chose. À 40, c'est complètement différent, on a plus de patience. Dès qu'il a vu qu'en la mettant au sein, elle arrêtait tout de suite de pleurer, il a arrêté de dire qu'il faudrait arrêter l'allaitement. Et même aujourd'hui, quand on en parle avec des amis, c'est le défenseur de l'allaitement. [Rires] « Il n'y a pas mieux, il n'y a pas de maladies, c'est très pratique ! » [Rires] … Bon c'est vrai qu'aujourd'hui, il commence à dire que c'est un peu long. Alors je lui dis d'essayer un biberon, il essaie un peu et comme ça ne marche pas [rires] il me laisse continuer… Il y a quelque chose que je trouvais drôle ici, c'est que quand je disais que j'allais allaiter, on me demandait toujours mais alors le papa qu'est ce qu'il va faire ? Au Pérou, personne ne se pose la question ! L'égalité homme-femme ça a l'air plus important que l'idée même que l'allaitement c'est normal et que si ça existe c'est bien pour une raison. C'est vrai que maintenant qu'elle a toutes les dents, parfois ça fait mal. Quand elle me croque je lui dis qu'elle ne va plus avoir le sein mais je ne la vois pas proche de s'arrêter.
Moi : Au Pérou, les femmes allaient longtemps ?
Mme L. : Oui, j'ai eu des cousines qui ont fait ça jusqu'à 4-5 ans. Mais là tout le monde critiquait : l'enfant va devenir trop gâté et aura besoin de sa maman pour tout ! Surtout pour les petits garçons, la société est très machiste au Pérou. Pour les filles ça passait mieux. C'est normal jusqu'à 2 ans et après il y a quelques enfants qui continuent. Moi je suis convaincue que c'est le meilleur choix.
Moi : Vous étiez déjà en France pour votre grossesse. Vous avez reçu des informations sur l'allaitement ?
Mme L. : Je n'ai pas demandé. Au Pérou, ils ne font pas trop gaffe à tout ça. L'allaitement c'est normal. Moi ça m'a étonné qu'ici il faille beaucoup de conseils, comment faire, comment bien positionner le bébé… Je me suis dit que ça me rendrait parano alors je n'ai pas trop cherché. J'ai lu quelques brochures mais c'est tout. J'ai une cousine qui n'avait réussi à allaiter que 3 mois qui m'a envoyé des biberons, un stérilisateur comme cadeaux parce qu'elle me disait mais comment tu vas faire si tu n'a pas de lait. C'est vrai que je n'avais même pas acheté un biberon, je ne m'étais pas posé la question…

J'ai beaucoup surfé sur des pages en espagnol sur comment faire grandir naturellement l'enfant. Là ils disaient qu'il faut donner à l'enfant tant qu'il veut, le temps qu'il veut, aussi souvent qu'il veut et que là ça sortirait tout seul. [Rires] Il n'y a pas de raison que ça ne marche pas parce que plus le bébé va téter plus il y aura de lait.
Moi : Des soucis au début de l'allaitement ?
Mme L : C'est vrai que les 2 premières semaines ça m'a fait beaucoup de mal parce que c'était complètement abîmé. J'essayais de ne pas crier mais c'était les larmes à chaque tétée. Mais ma mère m'a dit : c'est normal ça n'a jamais servi pour ça, ça va guérir tout seul, il faut continuer. C'est vrai que je n'ai pas pensé à arrêter pour ça. Après c'est vrai que si l'on sait que ça va passer, on fait l'effort mais on ne parle pas trop que ça peut faire mal. Chacun le découvre sur le chemin.
[Le téléphone sonne, Mme L. part répondre sa fille est toujours au sein. Mme L. reste plusieurs minutes debout tout en tenant sa fille d'une main.]
Moi : Un allaitement tout terrain !
Mme L. : Je crois qu'à cet âge on fait tout en allaitant. [Rires]
Moi : Et est-ce que vous allaitez partout ?
Mme L. : Ça, c'est marrant parce que c'est mon mari qui me disait si tu vas au centre commercial, tu ne vas pas allaiter devant les gens. C'est vrai que je sens que les gens sont un peu dérangés, qu'ils ne savent pas où regarder. Du coup au centre commercial, je lui donne la tétée dans le coin bébé dans les toilettes. Parfois au resto, j'essaie de me couvrir avec quelque chose. Quand on est avec des amis, je demande si je peux et on me dit que ça ne dérange pas mais je vois bien qu'ils ne sont pas toujours à l'aise. C'est vrai que moi avant d'avoir la petite, ça me dérangeait un peu mais finalement maintenant que je l'allaite je me dis qu'on est très libéral pour certaines choses et pour d'autres très naturelles, on est encore très carré. Partout on voit des seins sur les affiches mais donner le sein ça c'est dérangeant, dégoûtant… J'ai vu que dans un pays, ils voulaient passer une loi pour interdire d'allaiter en public mais beaucoup de femmes ont dit que c'était complètement fou et que rien n'est mauvais à allaiter. Il faut vraiment vouloir regarder pour pouvoir voir quelque chose… Le corps de la femme est un objet sexuel aujourd'hui et ça dérange que ce soit utilisé pour autre chose et pourtant c'est ça sa fonction primaire. C'est fou qu'une femme qui allaite puisse déranger alors qu'une femme nue dans une pub c'est normal. Parfois j'ai même l'impression qu'ici de la chirurgie esthétique ça parait plus normal que d'allaiter.
Moi : Très bien tout ça. Et en matière de santé, quels sont vos choix ?
Mme L. : Alors pendant l'allaitement on doit faire un peu attention à ce que l'on mange mais pendant la grossesse c'est aussi le cas. Pas d'alcool, ça c'est facile aussi. Avant je ne fumais pas de trop, juste une cigarette après le repas et j'ai arrêté tout de suite. C'est marrant parce que la semaine avant de savoir que j'étais enceinte, j'ai arrêté de manger des choses qui commençaient à me dégoûter, le café du matin, la viande… j'ai mangé que du riz et du brocoli pendant une semaine. Je crois que le corps il sait et qu'il se nettoie tout seul. Depuis j'essaie de faire gaffe à ce que je mange, plutôt légumes secs, légumes verts plutôt que de la viande, des fruits… après avec mon mari, c'est difficile parce que lui il est un carnivore ! Pour ma fille j'ai du mal à lui faire manger des protéines animales. J'ai essayé les petits pots, j'ai essayé avec du poisson écrasé, des œufs de caille ça va. Le jambon, le bœuf elle n'aime pas trop. Mais avec tout ce que l'on entend avec les viandes industrielles, je ne sais pas s'il faut regretter de ne pas lui donner. Je lui prépare beaucoup de lentilles, de quinoa et des légumes. Je crois que le quinoa a beaucoup de protéine, d'acides aminés qui sont bien pour sa croissance. Après je ne voudrais pas non plus lui donner du lait de vache parce que moi je n'en bois plus. J'ai lu qu'un enfant n'en avait pas besoin tant qu'il prenait le lait de sa maman et c'est pour ça que je lui donne mon lait le plus longtemps possible. Petite chez moi, je buvais le vrai lait de la vache, plein de crème et je crois qu'aujourd'hui les bouteilles de lait ce n'est plus du vrai lait et je préfère m'en passer. Ici les produit laitiers c'est très recommandé, 3 par jour ! Le lait, les yaourts, le fromage… Là bas, le fromage ce n'est pas comme ici. On n'en mange pas autant et ce n'est pas aussi gras. Je trouve que ce n'est pas trop sain et que ce n'est pas adapté aux petits. J'ai vu que des enfants avec de l'asthme avaient guéri en arrêtant le lait… Au début, comme elle avait un petit poids, j'avais peur de ne pas bien la nourrir avec la nourriture solide. Maintenant, je vois qu'elle est en bonne santé, qu'elle grandi bien. C'est vrai

que ici l'alimentation c'est très carré et c'est bien, mais « 3 produits laitiers par jour » ça fait plus industriel que santé.
Moi : Est-ce que pendant votre allaitement, vous avez du prendre des médicaments ?
Mme L. : Non, heureusement je n'ai pas eu plus qu'un rhume ou un mal de tête. J'ai pris le paracétamol que le médecin m'avait dit que je pouvais prendre. Par contre quand on était au Pérou, ma fille a fait une infection digestive très forte. Ça m'a vraiment fait mal au cœur car elle a du prendre des antibiotiques. Mais on n'avait pas le choix et elle a pris son Bactrim. Le médecin m'avait averti que c'était très courant pour les petits enfants qui voyageaient. Pendant une semaine, elle ne voulait pas manger et c'était que le sein qui la nourrissait.
Moi : Vous avez parlez allaitement avec les médecins ?
Mme L. : Quand je suis allée voir mon médecin traitant pour lui présenter ma fille, il m'a demandé comment se passait l'allaitement et il m'a dit de continuer. On est allé le voir il y a 3 semaines parce qu'elle a touché un frelon et je ne sais plus comment je lui ai dit que je continuais à l'allaiter mais il était très étonné. [Rires] Ce n'est pas anormal mais les gens sont surpris. Je vois qu'ils ont l'image que si tu allaites trop longtemps, tu fais une enfant gâtée. C'est vrai que ce n'est pas la norme, c'est plutôt l'exception… Mais déjà quand je disais à des amis de 50 ans que j'allais allaiter, ils me disaient : ah oui c'est la mode. [Rires] Comme si l'allaitement c'était nouveau ! Au Pérou, il y a beaucoup de publicité pour la formule, on voit des médecins qui disent que ça remplace parfaitement le lait maternel. Dans les foyers aisés, on donne de suite la formule au bébé et les foyers moins aisés pensent qu'ils ratent vraiment quelque chose. Dès que c'est possible, ils essaient d'en acheter… Ici, j'ai beaucoup aimé que les laboratoires n'ont pas le droit de faire de publicité et de pousser les femmes à donner le biberon avec la formule… Pour moi c'est un crime de faire ça et le médecin il doit dire ce qui est le mieux. C'est vrai que là-bas, tout le monde est né aussi par césarienne. Ça aussi c'est horrible car on te dit que c'est le mieux parce que tu ne vas pas souffrir, on peut programmer l'heure, la date et que l'accouchement naturel c'est plus risqué pour toi et le bébé. Ça me met en colère car ce n'est que pour l'argent. Si tu peux avoir une assurance privée ça sera une césarienne ; si tu n'as que la sécurité sociale, c'est plutôt un accouchement naturel. Moi ici j'avais demandé à ne pas avoir de péridurale et à la clinique, ils m'ont regardé bizarrement, ils pensaient que c'était religieux. [Rires] Moi je suis catholique plus par tradition mais je ne crois pas qu'il y ait de religion qui dit qu'il faut souffrir ! Les sages-femmes, elles étaient très rassurantes mais ça n'avançait pas. Apparemment, elle n'était pas en bonne position, je demandais aux sages femmes dans quelles positions je devais me mettre pour l'aider à sortir mais elles ne savaient pas quoi faire. Le médecin lui a essayé les cuillères mais sans anesthésie, c'était trop douloureux. Il était en colère, il a dit à mon mari qu'il fallait que j'arrête mes conneries et que le bébé allait commencer à souffrir. Après ça, j'ai accepté la rachis-anesthésie mais j'ai trouvé dommage que ça se passe comme ça.

---

37 ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain
Péruvienne, en France depuis 3 ans
1 fille de 14 mois toujours allaitée
Bac +5 ingénieur industriel, sans emploi pour le moment

Annexe 4 : Une du Times de mai 2012 mentionnée par Mme F et Mme H.

Une femme y pose, avec son fils de 3 ans, entrain d'allaiter. Le titre peut être traduit par « êtes-vous assez mère? » et dossier traite de l'attachement parental selon le livre « The Baby Book » du Dr Bill Sears qui prône l'allaitement prolongé, le co-dodo et le portage.

Annexe 5 : Photo de Maud Fontenoy évoquée par Monsieur F.

Photo publiée dans un n° d'aout 2013 de Paris Match

Le 19 septembre 2013, dans l'émission « Touche pas à mon poste » de la chaîne D8, la photo de Maud Fontenoy allaitant sa fille nouvelle née est présentée, les rires fusent. Cyril Hanouna, le présentateur, conclue sur : "Un enfant, c'est la vie". Jean-Luc Lemoine, chroniqueur dans l'émission, ajoute "Non mais aller aux toilettes aussi c'est la vie ; tu ne vas pas faire des photos pour autant !"

Annexe 6 : Ouvrages cités par Mme I.

- Bour D, Aubinais M. Petit Ours Brun et le bébé. [Paris]: Bayard Jeunesse; 2005.

- Ligue internationale La Leche. L'art de l'allaitement maternel. Paris: First; 2012.

Bibliographie

1. Macadam PS, Dettwyler KA. Breastfeeding: Biocultural Perspectives. Transaction Publishers; 446 p.

2. Wright LE, Schwarcz HP. Stable carbon and oxygen isotopes in human tooth enamel: identifying breastfeeding and weaning in prehistory. Am J Phys Anthropol. mai 1998;106(1):1‑18.

3. Delluc G, Delluc B, Roques M. La nutrition préhistorique. Pilote 24; 2000.

4. Dublineau M, Berger M. L'allaitement maternel prolongé: clinique du lien. Lyon, France: Université Lumière Lyon 2; 2004.

5. Lett D, Morel M-F. Une histoire de l'allaitement. Paris, France: Éd. de La Martinière; 2006. 159 p.

6. Herrscher E. Bulletins et mémoires de la Société d'Anthropologie de Paris. Bull Mém Société D'Anthropologie Paris. 12 sept 2006;(15 (3-4)):149‑269.

7. Boquillod C. Diminution du taux d'allaitement : quelles raisons? [Internet]. Disponible sur: http://www.reseau-naissance.fr/data/mediashare/m2/tmmp94548yvf5g4tjeiqz1zlspdyha-org.pdf

8. Rollet C. Histoire de l'allaitement en France : pratiques et représentations [Internet]. 2005. Disponible sur: http://www.santeallaitementmaternel.com/se_former/histoires_allaitement/allaitement_rollet.php

9. Docteur BG. La puériculture éternelle. Édition : Vigot Frères. Vigot Frères;

10. La mortalité des nouveau-nés et l'industrie des nourrices en France. Rev Deux Mondes [Internet]. 1870;T.86. Disponible sur: http://fr.wikisource.org/wiki/De_la_Mortalit%C3%A9_des_Enfans_et_de_l%E2%80%99industrie_des_nourrices_en_France

11. Didierjean-Jouveau C-S. Histoire de l'allaitement, histoires d'allaitement. Allaiter Aujourdhui. mars 2003;(54).

12. Lennoz M, Nicolas M. L'évolution de l'allaitement passé, présent et futur. Quelles connaissances ont les jeunes enfants, parents en devenir, du mode d'alimentation du nouveau-né? [Internet]. 2011. Disponible sur: http://www.consultants-lactation.fr/membres/memoires/memoire_mlennoz_mnicolas.pdf

13. Didierjean-Jouveau C-S. L'allaitement est-il compatible avec le féminisme ? [Internet]. 2009. Disponible sur: http://www.lllfrance.org/Autres-textes/Feminisme-et-allaitement.html

14. Beaudry M, Chiasson S, Lauzière J. Biologie de L'Allaitement: Le Sein - le Lait - le Geste. PUQ; 2006. 628 p.

15. WHO. International code of marketing of breast-milk substitutes [Internet]. 1981. Disponible sur: http://www.unicef.org/french/nutrition/files/nutrition_code_english.pdf

16. UNICEF, OMS. Déclaration d'Innocenti sur la protection, l'encouragement et le soutien de l'allaitement maternel [Internet]. 1990. Disponible sur: http://www.perinat-france.org/upload/GUIDE/oms/oms_innocenti.pdf

17. OMS. Données scientifiques relatives aux Dix Conditions Pour le Succès de l'Allaitement [Internet]. 1999. Disponible sur: http://amis-des-bebes.fr/pdf/documents-reference/Donnees-scientifiques-10-conditions.pdf

18. Salanave B, de Launay C, Guerrisi C, Castetbon K. Taux d'allaitement maternel à la maternité et au premier mois de l'enfant. Résultats de l'étude Épifane, France, 2012. BEH [Internet]. 18 sept 2012;(34). Disponible sur: http://www.invs.sante.fr/Publications-et-outils/BEH-Bulletin-epidemiologique-hebdomadaire/Archives/2012/BEH-n-34-2012

19. Collet M, Vilain A. Les certificats de santé au 8 ème jour (CS8) Validité 2004 [Internet]. 2009. Disponible sur: http://www.drees.sante.gouv.fr/IMG/pdf/seriesource-method05.pdf

20. Collet M, Vilain A. Les certificats de santé de l'enfant au 8 ème jour (CS8) Validités 2006 et 2 007 [Internet]. 2010. Disponible sur: http://www.drees.sante.gouv.fr/IMG/pdf/seriesource-method12-2.pdf

21. Turck D. Plan d'action : Allaitement maternel. Propositions d'actions pour la promotion de l'allaitement maternel [Internet]. 2010. Disponible sur: http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Rapport_Plan_daction_allaitement_Pr_D_Turck.pdf

22. Lancien A. Logiques de choix et dynamiques sociales et familiales d'un allaitement maternel long. Université de Nantes; 2014.

23. WHO. The optimal duration of exclusive breastfeeding. A systematic review [Internet]. 2002. Disponible sur: http://www.who.int/nutrition/topics/optimal_duration_of_exc_bfeeding_review_eng.pdf

24. WHO. 54th World health Asembly. Resolution 54.2. Infant and young child nutrition. [Internet]. 2001. Disponible sur: http://www.who.int/nutrition/topics/WHA54.2_iycn_en.pdf

25. National Health and Medical Research Council. Dietary guidelines for children and adolescents [Internet]. 1995. Disponible sur: http://www.nhmrc.gov.au/guidelines/publications/n1

26. Eidelman AI, Schanler RJ, Johnston M, Landers S, Noble L, Szucs K, et al. Breastfeeding and the Use of Human Milk. Pediatrics. 3 janv 2012;129(3):e827‑e841.

27. Critch JN. La nutrition du nourrisson né à terme et en santé, de la naissance à six mois : un aperçu. Paediatr Child Health. avr 2013;18(4):208‑209.

28. Grueger B. Le sevrage de l'allaitement. Paediatr Child Health. avr 2013;18(4):211.

29. Lozano de la Torre MJ. Lactancia materna. Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría [Internet]. 2008. Disponible sur:

http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/lm.pdf

30. Koletzko B, Brönstrup A, Cremer M, Flothkötter M, Hellmers C, Kersting M, et al. Infant nutrition and nutrition for breastfeeding mothers. Recommendations – a consensus paper commissioned by the German « Young Families' Network ». Monatsschr Kinderheilkd. 158(7):679‑689.

31. Royal College of Paediatrics and Child Health. Position Statement Breastfeeding [Internet]. 2011. Disponible sur: http://www.rcpch.ac.uk/system/files/protected/page/RCPCH%20breastfeeding%20PS%20FINAL.pdf

32. Societa italiana di pediatria. Progetto « Mi Voglio Bene »: ecco il decalogo anti-obesità dei pediatri [Internet]. Disponible sur: http://sip.it/per-i-genitori/progetto-mi-voglio-bene-ecco-il-decalogo-anti-obesita-dei-pediatri

33. Société Belge de Pédiatrie. Les produits laitiers dans l'alimentation de l'enfant [Internet]. 2008. Disponible sur: http://www.bvksbp.be/downloads/fr/01_milk.pdf

34. Agostoni C, Braegger C, Decsi T, Kolacek S, Koletzko B, Michaelsen KF, et al. Breast-feeding: A Commentary by the ESPGHAN Committee on Nutrition: J Pediatr Gastroenterol Nutr. juill 2009;49(1):112‑125.

35. ANAES. Allaitement maternel. Mise en oeuvre et poursuite dans les 6 premiers mois de l'enfant. Recommandations. 2002.

36. Bocquet A, Bresson JL, Briend A, Chouraqui JP, Darmaun D, Dupont C, et al. Alimentation du nourrisson et de l'enfant en bas âge. Réalisation pratique. Arch Pédiatrie. 1 janv 2003;10(1):76‑81.

37. Turck D, France. Ministère des solidarités de la santé et de la famille, Société française de pédiatrie, éditeurs. Allaitement maternel: les bénéfices pour la santé de l'enfant et de sa mère. Paris, France: Parimage; 2005. 67 p.

38. HAS. Favoriser l'allaitement maternel. Processus - Évaluation [Internet]. 2006. Disponible sur: http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2010-10/favoriser_lallaitement_maternel_processus_-_evaluation_guide_2006.pdf

39. PNNS. Allaitement maternel. Les bénéfices pour la santé de l'enfant et de la mère. [Internet]. 2006. Disponible sur: http://www.mangerbouger.fr/pro/IMG/pdf/SyntheseAllaitement.pdf

40. Sociétés savantes et d'experts en nutrition. Proposition pour le PNNS 2011-2015 [Internet]. 2010. Disponible sur: http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Rapport_societes_savantes_et_d_experts.pdf

41. Le Coran. Verset 2.233.

42. European Commission, Directorate for Public Health. Protection, promotion and support of breastfeeding in Europe: current situation [Internet]. Luxembourg. Disponible sur: http://www.nut.uoa.gr/breastfeedingENG.html

43. Breastfeeding: Policies | DNPAO | CDC [Internet]. [cité 26 juill 2013]. Disponible sur: http://www.cdc.gov/breastfeeding/policy/hp2010.htm

44. Amir LH, Donath SM. Socioeconomic status and rates of breastfeeding in Australia: evidence from three recent national health surveys. Med J Aust [Internet]. 2008;189(5). Disponible sur: https://www.mja.com.au/journal/2008/189/5/socioeconomic-status-and-rates-breastfeeding-australia-evidence-three-recent

45. Champomier C. Allaitement maternel prolongé de 6 mois et au-delà. Etude qualitative auprès de 12 médecins généralistes marnais [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Reims Champagne-Ardenne; 2012.

46. UNICEF. The State of World's children 2012. Statistical tables [Internet]. Disponible sur: http://www.unicef.org/sowc2012/pdfs/All-tables-including-general-notes-on-data.pdf

47. Le premier sondage français sur l'allaitement. Allaiter Aujourdhui. mars 2003;(54).

48. Jousselin-Rochepeau M. Facteurs influençant un allaitement maternel d'au moins 6 mois selon les recommandations de l'HAS: enquête à la maternité du centre hospitalier de Niort [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Poitiers. UFR de médecine et de pharmacie; 2008.

49. Walburg V, Conquet M, Callahan S, Chabrol H, Schölmerich A. Taux et durée d'allaitement de 126 femmes primipares. J Pédiatrie Puériculture. juill 2007;20(3-4):114‑117.

50. Lemoine N, Branger B. Durée de l'allaitement maternel jusqu'à six mois dans quinze maternités des Pays de la Loire. Nantes, France; 2009. 18 p.

51. DRASS Rhône-Alpes. Etude relative aux durées et aux facteurs qui influent sur le déroulement de l'allaitement maternel en Rhône-Alpes en 2004-2006 [Internet]. 2008. Disponible sur: http://ddata.over-blog.com/xxxyyy/0/40/54/12/allaitement/etude_allaitement_rhonealpes_DRASS.pdf

52. Collet M, Vilain A. Les certificats de santé de l'enfant au 24ème mois (CS24) - Validité 2010 [Internet]. DRESS; 2012. Disponible sur: http://www.drees.sante.gouv.fr/les-certificats-de-sante-de-l-enfant-au-24eme-mois-cs24,11001.html

53. Collet M, Vilain A. Le troisième certificat de santé de l'enfant [certificat au 24 ème mois (CS24)] - validité 2011 [Internet]. DREES; 2013. Disponible sur: http://www.drees.sante.gouv.fr/IMG/pdf/seriesource_method43.pdf

54. Badinter E. Le Conflit : la femme et la mère. Paris: FLAMMARION LETTRES; 2010. 256 p.

55. Thirion M, Piloti V. Allaitement long et identité sexuée : état des lieux des discours en France. Féminin, masculin, bébé [Internet]. Eres. 2011. p. 67‑75. Disponible sur: http://www.santeallaitementmaternel.com/s_informer/trouver_article/articles/documents/110131VD.pdf..pdf

56. Flamant L. Regard sur l'allaitement maternel prolongé. Nancy, France: Université Henri-Poincaré; 2010.

57. Les Maternelles. Allaitement prolongé: jusqu'à quand? France 5; 2012.

58. Les pintades - New York - Saison 1 - Episode 3 - Jeudi 4 Juillet 21h35 [Internet]. Disponible sur: http://www.france5.fr/emission/les-pintades/diffusion-du-04-07-2013-21h35

59. Allô Rufo - - 09-01-2014 [Internet]. France5. Disponible sur: http://www.france5.fr/emissions/allo-rufo/diffusions/09-01-2014_168394

60. Dublineau M. L'allaitement maternel prolongé: clinique du lien. 2004. 1718 p.

61. Kubanek E. La décision d'un allaitement maternel conforme aux recommandations de l'OMS: étude qualitative auprès de 17 femmes primipares allaitant un enfant de plus de 6 mois [Thèse d'exercice]. [Lyon, France]: Université Claude Bernard; 2013.

62. Fondrevelle S. Allaitement maternel prolongé et médecine générale: étude qualitative auprès de 15 mères allaitant des enfants de plus d'un an [Thèse d'exercice]. [Lyon, France]: Université Claude Bernard; 2012.

63. Duval M-L. Experiences de femmes autour de l'allaitement maternel prolongé [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Caen. UFR de médecine; 2013.

64. Desaute A. Prolonger son allaitement au-delà de six mois: le parcours du combattant ? [Mémoire de sage-femme]. [Reims, France]: Ecole régionale de Sages-femmes; 2009.

65. Colombet C. L'allaitement long se cache-t-il? [Internet]. 2009. Disponible sur: http://www.consultants-lactation.fr/membres/memoires/memoire_corinne_colombet.pdf

66. Laillet M. Allaitement maternel prolongé dans la trajectoire de vie des mères: enquête par récits de vie [Thèse d'exercice]. [France]: Université de Nantes. Unité de Formation et de Recherche de Médecine et des Techniques Médicales; 2013.

67. Blanchet A, Gotman A. L'entretien: L'enquête et ses méthodes. Édition : 2e édition. Paris: Armand Colin; 2010. 128 p.

68. Cunningham J, Jackson K, Oickle D. 2006 Infant Feeding Survey: Factors Influencing Breastfeeding Initiation, Duration and the Introduction of Solids [Internet]. 2009. Disponible sur: http://www.healthunit.org/reportpub/reports/LGLDHU%20Infant%20Feeding%20Survey%20Report_FINAL.pdf

69. Dubois lise, Bédard B, Girard M, Beauchesne E. Étude longitudinale du développement des enfants du Québec (ELDEQ 1998-2010). [Internet]. institut de la statistique du québec; Disponible sur: http://www.jesuisjeserai.stat.gouv.qc.ca/bebe/pdf/bebe_no5-2.pdf

70. Branger B, Cebron M, Picherot G, de Cornulier M. Facteurs influençant la durée de l'allaitement maternel chez 150 femmes. Arch Pédiatrie. mai 1998;5(5):489‑496.

71. Thulier D, Mercer J. Variables associated with breastfeeding duration. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs JOGNN NAACOG. juin 2009;38(3):259‑268.

72. Dennis C-L. Breastfeeding Initiation and Duration: A 1990-2000 Literature Review. J

Obstet Gynecol Neonatal Nurs. 1 janv 2002;31(1):12‑32.

73. Bayot I. Désir d'allaiter, volonté d'allaiter. [Internet]. Infact Québec; 1998. Disponible sur: http://www.co-naitre.net/articles/desirvolonteIB.pdf

74. Gojard S. L'allaitement, une norme sociale. Spirale. 1 sept 2003;n° 27(3):133‑137.

75. TRIAA BENHAMMADI I. Les déterminants du choi x du mode d' allaitement ; Étude prospective auprès de 111 femmes À la maternité de Max Fourestier de Nanterre [Internet]. 2009. Disponible sur: http://www.bichat-larib.com/publications.documents/3423_THESE_TRIAA.pdf

76. OCDE. Taux d'emploi des femmes [Internet]. Paris: Organisation for Economic Co-operation and Development; Disponible sur: http://www.oecd-ilibrary.org/content/table/20752334-table5

77. Boudon R, Demeulenaere P, Viale R. L'explication des normes sociales. Presses universitaires de France; 2001. 298 p.

78. Desrochers SL. Normes sociales et allaitement maternel : Évolution du discours d'un quotidien francophone au Québec [Internet]. 2012. Disponible sur: http://grms.uqam.ca/upload/files/memoire-de-recherche/Memoire_Allaitement_Normes_Sociales_Desrochers.pdf

79. Rempel LA. Factors Influencing the Breastfeeding Decisions of Long-term Breastfeeders. J Hum Lact. 8 janv 2004;20(3):306‑318.

80. Kendall-Tackett KA, Sugarman M. The social consequences of long-term breastfeeding. J Hum Lact Off J Int Lact Consult Assoc. sept 1995;11(3):179‑183.

81. Noirhomme-Renard F, Noirhomme Q. Les facteurs associés à un allaitement maternel prolongé au-delà de trois mois : une revue de la littérature. J Pédiatrie Puériculture. mai 2009;22(3):112‑120.

82. Gribble KD. Long-term breastfeeding; changing attitudes and overcoming challenges. Breastfeed Rev Prof Publ Nurs Mothers Assoc Aust. mars 2008;16(1):5‑15.

83. Sabbagh V. L'allaitement maternel en médecine générale: représentations, vécu des mères et perception du suivi par le médecin généraliste : enquête qualitative auprès de 17 mères de Rhône-Alpes [Thèse d'exercice]. [Lyon, France]: Université Claude Bernard; 2012.

84. Sugarman M, Kendall-Tackett KA. Weaning Ages in a Sample of American Women who Practice Extended Breastfeeding. Clin Pediatr (Phila). 12 janv 1995;34(12):642‑647.

85. Desaute A. Prolonger son allaitement au-delà de six mois: le parcours du combattant ? [Mémoire de sage-femme]. [Reims, France]: Ecole régionale de Sages-femmes; 2009.

86. Piovanetti Y. Breastfeeding Beyond 12 Months: An Historical Perspective. Pediatr Clin North Am. 1 févr 2001;48(1):199‑206.

87. Baslé J. Allaitement maternel: les revues de puériculture au sein du conflit entre enjeux de

santé publique et intérêts industriels. Rennes, France; 2005. 37 p.

88. Gallia Calisma 2 : Après le vôtre, probablement l'un des meilleurs laits [Internet]. 2012. Disponible sur: http://www.youtube.com/watch?v=gALrM6nGRDU&feature=youtube_gdata_player

89. Marcel Rufo réagit à nos témoignages sur l'allaitement [Internet]. [cité 9 juin 2014]. Disponible sur: http://www.terrafemina.com/vie-privee/famille/articles/597-l-il-ny-a-pas-que-le-biologique-qui-compte-r.html

90. Marcel Rufo:«Parlez d'amour aux enfants» [Internet]. L'EXPRESS.fr. [cité 30 avr 2014]. Disponible sur: http://www.lexpress.fr/culture/livre/parlez-d-amour-aux-enfants_819073.html

91. Turck D, comité de nutrition de la société française de pédiatrie. Allaitement maternel : les bénéfices pour la santé de l'enfant et de sa mère. Arch Pédiatrie. déc 2005;12:S145‑S165.

92. Lighezzolo-Alnot J, Boubou F, Souillot C, de Tychey C. Allaitement prolongé et ratés du sevrage : réflexions psychodynamiques. Clin Méditerranéennes. 1 sept 2005;n° 72(2):265‑280.

93. Marquis G. Impacts de l'allaitement sur le developpement psychosocial et affectif du jeune enfant : commentaires sur Woodward et Liberty, Greiner, Pérez-Escamilla, et lawrence. [Internet]. Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants et Réseau stratégique de connaissances sur le développement des jeunes enfants; 2008. Disponible sur: http://www.enfant-encyclopedie. com/documents/MarquisFRxp.pdf .

94. Neveu A, Dajean-Trutaud S. Allaitement prolongé et dents. France; 2012.

Vu, la présidente du jury,

Madame le Pr Christèle GRAS-LE GUEN

Vu, le directeur de thèse,
Monsieur le Dr Jean-Paul CANEVET

Vu, la doyenne de la Faculté de médecine de Nantes.
Madame de Pr Pascale JOLLIET

Transcription des entretiens

Entretien n° 1- Mme A……2
Entretien n° 2- Mme B……8
Entretien n° 3- Mme C……12
Entretien n° 4- Mme D……17
Entretien n° 5- Mme E……22
Entretien n° 6- Mme F……25
Entretien n° 7- Mme G……31
Entretien n° 8- Mme H……35
Entretien n° 9- Mme I……41
Entretien n° 10- Mme J……43
Entretien n° 11-Mme K……47
Entretien n° 12- Mme L ……51

Entretien n° 1 : Mme A.

Contexte : Il s'agit de la sœur d'une amie proche d'où le tutoiement. Nous n'avions pas eu l'occasion de parler allaitement ensemble mais je savais, par sa sœur, qu'elle avait co-allaité ses enfants. Elle me reçoit chez elle au début septembre 2013. Voici la retranscription de notre entretien de 50 min.

Moi : Si tu veux bien, parlons un peu de l'allaitement et en particulier de l'allaitement qui se prolonge au-delà de 1 an.
Mme A. : Et bien ce n'était pas mon projet de départ. Au départ, j'ai eu un enfant et l'allaitement ça me paraît … normal. Mais autour de nous, on nous dit à 6 mois, quand tu retournes travailler, tu leur donnes à manger autre chose, du coup tu leur donnes des biberons. Et donc j'avais acheté des biberons… Et les biberons sont dans le placard depuis 5 ans et n'ont jamais servis. [Rires]. Non, mais on a commencé l'allaitement et ça a été un peu… chaotique quand même, … on découvre en fait. 6 mois… pourquoi j'arrête, on continue… mais bon quand elle va marcher, peut-être que je vais arrêter. Ah bah, tient elle marche ! On ne va pas arrêter du jour au lendemain, bon bah, on continue. Et puis après, j'étais enceinte, bon bah, on va voir, ça va peut-être s'arrêter tout seul. Ah bah non, en fait ça ne s'arrête pas, alors on continue encore. Et puis, ça s'arrête à 3ans ½ pour elle et le 2e tète toujours à 3 ans.
Moi : Et là, il vient de rentrer à l'école.
Mme A. : Ah oui, je m'étais dit ça, l'école ! On va peut-être arrêter en rentrant à l'école. Mais maintenant qu'il y est, je ne vais pas lui dire : maintenant t'es à l'école, t'arrête de téter. Donc on a continué. Pour ma première, c'était pareil et elle s'est arrêtée du jour au lendemain d'elle-même.
Moi : C'est elle qui a arrêté.
Mme A. : Oui, en fait on est parti en vacances et elle, elle ne tétait que le soir. Et là, le soir on allait à des apéros, du coup un soir elle n'a pas tété. Après le lendemain, elle a tété un peu. Et puis pas le surlendemain, tu vois. Et puis quand on est rentré à la maison, on a recommencé à reprendre le rythme et puis elle me dit : il n'y a plus de lait. En fait, ils avaient chacun un sein et son frère, lui, ça avait l'air de marcher ou bien c'est qu'elle ne savait plus bien téter comme elle était grande. Alors je lui ai dit : c'est peut-être que tu es trop grande et que je n'ai plus de lait pour toi. Du coup, le lendemain, elle a réessayé et il n'y avait plus de lait alors elle a dit qu'elle devait être trop grande et hop…
Moi : Et ton fils par contre…
Mme A. : bah, lui, il ne tète que le matin et il demande tous les matins et je lui demande s'il a du lait, il dit que oui. Et pour le moment, je ne sais pas, je pense que ça se fera tout seul, on verra…
Moi : Autour de toi, il y avait des femmes qui faisaient de l'allaitement prolongé ou non ?
Mme A. : Il y avait ma belle-sœur. Elle a allaité son premier jusqu'à l'âge de 1 an et le 2e jusqu'à 10 mois je crois, ou l'inverse. Et puis ma sœur a suivi mais je ne crois pas vraiment qu'il n'y ait eu d'autres personnes.
Moi : sinon des femmes qui allaitent simplement ?
Mme A. : Bah non en fait. Depuis j'en ai rencontré, et puis il y en a d'autres qui arrivent dernière. J'ai une amie qui vient d'avoir un bébé et à 2 mois, elle l'allaite toujours mais je ne sais pas si elle va continuer. Elle a l'intention de continuer mais elle va passer en mixte car elle va reprendre à travailler.
Moi : Et toi, tu penses que si tu avais repris à travailler…
Mme A. : Bah, c'est sûr que quand tu es à la maison, c'est plus facile de te consacrer à ça. Après, je pense que j'aurais essayé de continuer quand même, à voir comment ça se gère, mais c'est sûr que ce n'est pas la même chose à 2 mois et à 6 mois. Avec ma fille, j'ai repris à travailler quand elle avait 9 mois, donc elle était déjà diversifiée et du coup on continuait l'allaitement quand j'étais là. Et en crèche, elle n'avait pas de biberon, elle avait des yaourts. Du coup là, ça c'est passé sans se poser de questions. Ça se passe bien donc on continue comme ça… Mais c'est un peu comme tout ce qui concerne les enfants. T'apprends au fur et à mesure. Je sais qu'il y en a qui se posent plein plein de questions, mais là, ça coule de source ! Ça dépend des gens…

Moi : Oui, et de ce que l'on a vu avant.
Mme A. : Bah là, ce n'est pas spécialement des choses que j'ai vu avant. J'ai beaucoup lu sur la pédagogie, Montessori des choses comme ça. Et là, j'ai découvert que c'était déjà ce que je faisais chez moi, en fait c'est comme l'allaitement ça me parait logique.
Moi : Pour toi, il y a un âge où, pour l'allaitement, les choses changent ?
Mme A. : Oui, parce qu'au fur et à mesure ils tètent moins souvent. Et c'est vrai qu'avec ma fille j'étais enceinte quand elle avait 1 an, on est vite passé à 2 tétées. Déjà avec la crèche, c'était 2-3 par jour. Petit à petit, le rythme c'est fait tout seul et puis au fur à mesure, elle a sauté la tétée du matin car elle était beaucoup plus pressée de se lever avec son père que de rester avec moi dans le lit. Et puis pendant la grossesse, il y a un moment où j'avais moins de lait aussi. Donc matin et soir, ça se passait chez nous sauf quelques soirs où ça m'est arrivé d'allaiter à l'extérieur. Je sais que moi, je n'ai jamais eu de souci pour le faire et les autres… on me disait parfois « ah tu allaites encore ?! » mais sans méchanceté. Pour mon fils, il est passé assez vite, enfin vite c'est très relatif [rires], à 2 tétées aussi, donc pour l'essentiel à la maison. Ponctuellement chez des gens quand on était invité.
Moi : Des gens avec qui tu en parlais librement ?
Mme A. : Bah, je me suis jamais cachée mais je n'ai jamais crié sur les toits : « j'allaite encore » et il a 3 ans. Mais même mon mari, il est à l'aise avec l'idée. Quand on est allé voir les amis qui ont eu le bébé, il a glissé dans la conversation que j'allaitais encore et en face ils n'ont pas plus réagi que ça, ni en positif ni en négatif. Lui, allaiter un enfant de 3 ans, ça ne lui pose pas de souci même d'en parler à des amis.
Moi : Au début c'était différent ?
Mme A. : Non, on en a parlé au début mais pour lui aussi, c'est venu tout seul, il ne s'est pas posé de questions. Il avait sa sœur aussi qui avait déjà commencé.
Moi : Avec la famille aussi c'est facile d'en parler ?
Mme A. : Bah maman au début, elle trouvait ça … bizarre, enfin elle, elle nous avait allaité pas longtemps, enfin, elle avait subi aussi beaucoup de pressions pour arrêter : ce n'est pas assez nourrissant, tu n'as plus de lait, blablabla… et du coup, quand elle a vu qu'on allaitait longtemps ma sœur et moi, elle ne savait pas trop et maintenant elle non plus ne se pose plus de questions. Elle regrettait peut-être aussi de ne pas avoir eu la force de se dire « si j'ai envie d'allaiter, je continue ». De l'autre côté, ma belle-mère n'a jamais rien dit, mais sa fille allaitait déjà, alors elle avait peut-être déjà ouvert la voie. Mon beau-père au début, il ne disait rien de spécial, mais une fois, il m'a fait une réflexion quand j'allaitais les 2 chez lui. J'étais au calme sur le canapé dans la pénombre, le soir et les 2 étaient au sein, ça lui a fait peut-être un peu bizarre mais en suivant mon neveu, il est arrivé en allumant la lumière et il a dit : heureusement qu'elle en a que 2, sinon je ne sais pas où elle mettrait le 3^{e}… je ne l'ai pas bien pris mais je n'ai rien dit, et par la suite il a dit, à table, que c'était bien d'allaiter longtemps, car c'est ce qu'il y a de meilleur. Après, ma belle-sœur, elle était étonnée que je continue plus longtemps qu'elle. Peut-être qu'elle aussi aurait aimé allaiter plus longtemps car je sais que le sevrage de son 2^{e} elle l'a mal vécu. Elle a dû partir une semaine en formation et elle a dit qu'il fallait qu'elle le sèvre car là, ce n'était plus possible. En plus, elle a bien galéré car elle est kiné, et elle a repris à bosser à 2 mois. Elle a tiré son lait jusqu'à 1 an alors elle aurait peut-être pu retenter après 1 semaine. Alors est-ce qu'elle a un blocage par rapport à ça en fait ? Je pense qu'elle aurait aimé continuer, enfin c'est déjà un beau parcours mais pourquoi arrêter à 1 an alors que ça se passe bien et qu'à 1 an il tète beaucoup moins ?
Moi : OK, et est-ce que tu as vu dans les média des choses qui t'ont fait réagir sur l'allaitement ?
Mme A. : Bah c'est vrai que quand tu as un bébé, c'est biberon, parc, poussette… et au début tu ne sais pas alors tu te dis que c'est comme ça. Et puis à force de lire sur les forums, tu te rends compte que le parc c'est pourri, que la poussette c'est pratique mais que l'écharpe c'est mieux… t'as vraiment un stéréotype : tu allaites jusqu'à 2 mois après tu reprends à bosser. Limite 2 mois c'est presque pas assez mais 6 mois c'est trop ! Donc faut se caler entre les 2. [Rires]… Je fais abstraction de tous ces trucs-là, serrés, obtus…
Moi : Et dans la société, l'allaitement comment est-ce perçu ?

Mme A. : J'ai l'impression que c'est bien perçu et de plus en plus quand même, ou alors c'est mon entourage qui est comme ça. Mais les mamans, elles ne crient quand même pas sur les toits : j'allaite un enfant enfin plutôt qu'un bébé.
Moi : Il y a une vraie différence entre allaiter un nourrisson et allaiter un bambin ?
Mme A. : oui c'est ça. Mais j'ai été à des réunions de la leche league, j'ai vu que des dames allaitaient longtemps.
Moi : Ah la leche league, alors un peu militante ?
Mme A. : J'y suis allé une fois, je n'ai pas spécialement apprécié l'animatrice… un peu trop sectaire, un peu trop obtuse mais dans l'autre sens [rires]. Du coup, ça ne m'a pas convenu non plus. Après chacun fait son propre choix, tu peux allaiter longtemps, allaiter en mixte ou pas longtemps si t'as pas envie, ou pas allaiter du tout. Voila j'y suis allée une seule fois, mais du coup je sais que je suis loin d'être seule.
Moi : tu n'étais pas seule…
Mme A. : Oui c'est important de se dire que ça existe, mais que c'est caché mais que ça existe…
Moi : c'est caché ?
Mme A : Il y en a plein mais c'est dommage d'être obligées de se cacher.
Moi : obligées pourquoi ?
Mme A : Bah obligées… euh c'est par rapport aux médecins. Parce que les médecins ne sont pas formés du tout. Enfin les médecins ou le corps médical en général ; la plupart ne sont pas au courant ou ne savent pas comment ça fonctionne.
Moi : Tu penses à une situation qui t'es arrivés ?
Mme A. : oui avec une gynéco… en fait pour ma première grossesse, j'ai été suivi par une gynéco que je n'ai pas du tout appréciée et puis avec la naissance en siège c'était compliqué. Voilà pour le suivant j'ai dit non, là je veux une sage-femme, les médecins le moins possible. Et puis après mon 2e, j'ai eu besoin de reprendre la pilule, j'ai été obligé d'aller revoir une gynéco. Comme je n'en avais pas d'attitrée, j'ai pris l'annuaire et j'ai recherché un nom sympa. Bah je n'ai pas été déçue du voyage. En fait, j'avais choisi un nom qui fasse jeune, la nouvelle génération quoi. Donc quand je lui dis que c'est pour allaitement elle demande tout de suite quel âge à mon enfant et donc je lui réponds 3 ans et 1 an ½. Là elle me dit : vous allaitez les 2 ? Mais vous avez encore du lait ? Mais de toutes façon, ils vont bientôt se sevrer, je vous mets la pilule pour 6 mois, de toute façon d'ici là ils seront sevrés. J'ai insisté en disant que dans 6 mois il ne serait peut-être pas sevré, mais elle n'a pas voulu prolonger. Et puis pendant l'examen, déjà quand je lui ai dit que ça faisait un peu mal, elle a dit « non non ça fait pas mal »… OK… puis après palpation des seins, elle presse le téton et elle me dit « ban vous n'avez pas de lait ! ». Donc j'ai dit merci pour l'ordonnance et à jamais. Après je suis allée voir la sage-femme de ma sœur même si ce n'est pas la porte à côté, mais au moins de celle-ci, je suis sûre.
Moi : du coup en contraception, tu prends quoi ?
Mme A. : Cérazette toujours, ça m'embête de prendre des hormones mais on a parlé stérilet mais je ne suis pas spécialement convaincue non plus. La pilule ça roule, pas de règles, faut y penser tous les soirs mais ça va, sauf que je ne sais pas si les hormones c'est bien ou pas.
Moi : Au niveau santé, il y a des choses comme ça qui t'inquiètent plus que d'autres ?
Mme A. : Personnellement, je ne vais que très rarement chez le médecin. La dernière fois, c'était pour mon agrément d'assistante maternelle. Et mon médecin m'a dit que ça faisait 2 ans qu'il ne m'avait pas vu.[rires] Les seuls médicaments que je prends c'est Ventoline et encore c'est quand je vais chez ma sœur avec son chat, et puis ibuprofène et paracétamol si j'ai mal au dos. Les enfants c'est pareil, ils ne sont jamais malades, ils ont de l'homéopathie ou du doliprane quand il y en a besoin mais c'est tout…
Moi : là quand tu as vu ton médecin, l'allaitement n'est pas venu sur le tapis ?
Mme A : … non, on n'en a pas parlé…
Moi : C'est le médecin qui suit les enfants ?
Mme A. : Non, c'est mon médecin à moi, j'ai trouvé quelqu'un qui me convenait alors je le garde. Et les enfants sont suivis par une amie médecin qui est pas loin et puis je la connais alors c'est plus facile.

Moi : plus facile de parler allaitement ?
Mme A. : oui aussi [rires] je ne sais plus si mon médecin est au courant, comme je ne vais pas le voir souvent, enfin ça ne m'aurait pas gêné de lui en parler. Je ne sais pas quelle vision il en a, mais il a l'air assez ouvert. Mais c'est vrai qu'on n'en a jamais parlé, lui je vais le voir pour le sport, un vaccin.
Moi : tu n'a jamais du consulter en urgence en te disant qu'il fallait le dire en cas de prescription de médicament ?
Mme A. : Non, je n'ai jamais eu ce cas de figure mais si ça devait arriver, je le dirais ou je regarderais avant sur internet si c'est préconisé ou non avec l'allaitement.
Moi : Un peu d'automédication ?
Mme A. : Pas forcement mais c'est vrai que pour l'ibuprofène j'avais regardé. Mais c'est vrai que je n'ai pas eu le souvenir de devoir le dire mais s'il me donne un médicament, je lui demanderai si c'est compatible avec l'allaitement et s'il me dit je ne sais pas, je lui dirais de regarder sur le CRAT s'il vous plaît. Ou moi, j'irais revoir après, vaut mieux vérifier.
Moi : Par rapport aux professionnels de santé, est-ce qu'il y a des choses que tu aimerais changer ?
Mme A. : Oui, j'aimerais qu'ils soient mieux au courant de comment ça se passe, surtout en maternité. Par les forums, les réseaux sociaux, je vois beaucoup de mamans qui viennent d'avoir un bébé et qui disent l'allaitement je n'y arrive pas, ça se passe pas bien, le personnel médical me pousse à donner des biberons parce qu'il perd beaucoup de poids, ou alors ils mettent bébé à la nurserie pour que je puisse me reposer mais du coup il n'y a pas de montée de lait… Il y en a qui sont formés ou sensibilisés, mais il y en a beaucoup qui ne le sont pas.
Moi : OK ça c'est l'initiation de l'allaitement, et pour la poursuite de l'allaitement ?
Mme A. : Bah, arrêter d'être obtus et que, au bout de 6 mois, il faut arrêter parce que… parce qu'il va rester coller à sa mère toute sa vie, c'est mauvais pour lui, faut qu'il prenne du lait de vache absolument… Dans les tribus, ils les allaitent jusqu'à 5 ans et ils se portent très très bien. Ils sont indépendants par la suite. Mais je pense que ça va encore être long à instaurer tout ça et que les vieux médecins ne changeront pas, on évite de se remettre en cause. Nous, les médecins, on est les meilleurs et faut pas que ça change. [Rires]
Moi : Es-tu au courant à savoir comment ça se passe dans d'autre pays ?
Mme A : Je sais que dans les pays nordiques, l'allaitement est beaucoup plus long. Mais déjà ils ont un congé maternité ou parental beaucoup plus long, ça facilite l'allaitement aussi, faut pas se le nier ça joue. Je pense qu'en France, on n'est pas dans les meilleurs, voire dans les pires. Je me souviens à d'une réunion à la maternité juste avant de partir, on était 50% à allaiter à la maternité et que ça descendait tout de suite à 20% à 15 jours… quand tu vois qu'il y en a plein qui arrêtent au bout de 15j ou à 1 mois lors des pics de croissance, voilà les gens ne le savent pas non plus. Il y en a qui sont encore très allaitement à heure fixe et du coup quand le bébé demande beaucoup, elles se disent bah je n'ai plus de lait, mon lait n'est pas assez nourrissant.
Moi : c'est un peu vieillot comme conception de l'allaitement tout ça !
Mme A. : Oui surtout qu'avant, elles devaient bien allaiter, enfin avant les biberons tout ça… sinon les enfants mourraient. Qui a pondu cette idée merveilleuse qu'il fallait arrêter d'allaiter et donner des biberons ? Il me semble que j'avais lu un article sur les débuts des biberons et l'hygiène un peu douteuse de certains et que les enfants attrapaient des maladies à causes des biberons.
Moi : oui avant la stérilisation, le lait et les biberons ont fait pas mal de mal. Bah tient en parlant de microbes, les vaccins ?
Mme A. : Alors les enfants sont vaccinés pour les trucs classiques, pentavax, ROR et j'ai fait la méningite. J'ai posé la question à la dame qui les suit et elle m'a dit qu'elle avait vacciné ses enfants car elle m'a expliqué que ça pouvait être très très dangereux. Mais je n'irais pas les vacciner contre la grippe ni pour moi. Moi j'ai un schéma classique. Je suis assez pour quand même, je me dis que c'est grâce à ça que l'on éradique certaines maladies, et que si elles reviennent, c'est qu'il y a des gens qui ne le font pas et ça m'énerve… après tout ce qui est effets secondaires… je sais qu'il y en a mais je pense qu'il vaut mieux les vacciner.
Moi : OK, pendant l'allaitement : tabac, alcool ?

Mme A. : Tabac, je n'en avais pas déjà avant, alors ça n'a pas changé grand-chose. Alcool, j'ai arrêté pour les grossesses et là je rebois très occasionnellement sachant qu'il tête qu'une fois par jour le matin. Non, ça n'a pas été difficile alors que faire attention aux viandes crues, en encore pour la 2e grossesse, j'ai fait moins attention aux fromages au lait cru et puis peut-être des sushis alors que pour ma fille je ne l'avais pas fait.
Moi : … pour en revenir au sevrage, à part la gynéco, personne ne t'a trop incité à le faire ?
Mme A. : Bah non car je n'ai jamais eu trop de contact avec le milieu médical ou hospitalier. Pour mon 2e accouchement, j'ai demandé une sortie anticipée. Je suis restée 1 journée ½ car mon mari préférait que je reste au moins une nuit. Là-bas, le personnel s'est fait très discret et puis après, j'ai été suivie par ma sage-femme. Elle, elle avait l'air d'être pour, puisque pendant les cours de sophrologie j'avais mis ma première à téter pour qu'elle reste calme et personne n'a rien dit. Et puis la PMI est venue à la maison pour suivre le 2e, et quand elle a vu qu'il prenait 500g par semaine, elle m'a dit que je n'avais pas besoin d'elle.
Moi : pas de souci pour le 2e…
Mme : oui je me suis posée beaucoup moins de questions pour le 2e surtout que la montée de lait s'est fait beaucoup plus vite. C'est vrai que pour ma fille, son pédiatre m'avait quand même suggéré de lui donner des biberons en complément alors qu'elle ne prenait pas beaucoup de poids vers 4-6 mois. J'ai dû lui dire oui oui, et puis quand il m'a demandé combien de fois par jour je lui donnais à manger, je lui ai dit toutes les 4h.
Moi : alors que tu poursuivais l'allaitement à la demande ?
Mme A. : Oui, je lui ai un peu menti. Je lui ai dit ce qu'il voulait entendre. Et la fois d'après, je lui ai même dit qu'elle avait eu des biberons de complément… en fait il m'avait un peu stressé alors j'avais acheté une boite de lait. Elle a pris 2 gorgées et on n'a pas insisté. Elle était bien éveillé et puis elle grandissait quand même mais autour de nous, on nous disait ah bah, elle n'est pas bien grosse. Certains, enfin l'entourage un peu lointain, on dit mais t'es sûre pour l'allaitement… cause toujours.
Moi : Et le pédiatre ?
Mme A. : On a déménagé donc on n'est plus allé le voir. Mais en dehors de ça, il était super avec les enfants. Il avait juste un souci par rapport à l'alimentation.
Moi : Mais tu as peut-être eu des problèmes au début de l'allaitement ?
Mme A. : Ma fille au départ, elle avait du mal à téter d'un côté et du coup, j'ai eu une crevasse de l'autre côté, car du coup, elle ne tétait plus de ce côté-là. J'ai serré les dents à chaque tétée mais comme je voulais continuer… j'ai tenu. Et puis après, pendant ma grossesse, j'ai eu des ampoules. Comme je devais avoir moins de lait, ma fille devait téter à vide mais c'est vite passé. Et puis un engorgement après la naissance de mon fils. J'avais de la fièvre, patraque… j'ai mis ma grande à téter plus plus plus et c'est passé. On a testé des positions un peu abracadabrantes pour pouvoir vider tout le sein, mais ça a bien marché. Merci internet.
Moi : Tu n'aurais pas consulté pour ça ?
Mme A. : En fait j'ai quand même appelé la leche league pour ça. Elle m'a dit de mettre ma fille au sein mais pour les positions, non elle ne m'avait rien dit. Elle m'avait dit que si ça ne passait pas au bout de 2 jours, il fallait que j'aille voir mon médecin. Mais c'est vrai que j'ai beaucoup regardé les forums et du coup maintenant j'y vais en tant qu'experte. [Rires] J'essaie, je n'ai pas rencontré tous les soucis des autres mamans, mais j'apporte mon expérience pour aider d'autres personnes. Ce n'est pas facile de conseiller mais déjà si en face elles trouvent quelqu'un qui les comprennent et qui leur disent que c'est normal. Souvent les mamans ne savent pas que les débuts, ce n'est pas toujours rose. On ne le dit pas que ça va être difficile. Mais si tu t'écoutes et que tu le mets au sein, ça passe assez vite. Je sais que ma fille, elle a passé des journées entières aux seins, des repas de famille accrochée au sein dans l'écharpe… dès qu'elle pleurait, dès que je n'arrivais pas à la calmer, allez hop au sein. Elle, elle nous a fait des coliques et peut-être même du reflux. Mais téter ça avait l'air de lui faire du bien alors tant pis pour le trop plein.
Moi : Ça ne t'a jamais découragé ?
Mme A : Les premiers mois, c'était assez dur, elle pleurait beaucoup la journée et elle ne dormait que sur moi, mais bon, j'étais à la maison et puis elle faisait ses nuits. Avec mon fils, c'était beaucoup plus

facile, mais lui il ne dormait pas la nuit. Oui, il y a ça aussi : quoi il ne dort pas à 4 mois, ce n'est pas normal ! Imagine à 15 mois [rires].
Moi : Mais là, tu assumais plus ou tu disais ce que l'on veut entendre ?
Mme A. : Non, mais là ce n'était pas le corps médical. Mais on m'a dit de le laisser pleurer, de lui faire un bon gros biberon plein de farine… c'est sûr qu'après une bonne choucroute, on dort mieux…
Moi : Et si c'était à refaire ?
Mme A. : Ah bah pareil, mais j'essaierai de me poser moins de questions que pour ma fille. Je suis satisfaite de ce que j'ai fait. Le co-allaitement, c'est très sympa pour eux, je pense, car ils tétaient en même temps et ils se faisaient des sourires, des câlins en étant accrochés au sein. Pour moi, ce n'était pas plus contraignant car ce n'était que matin et soir, et puis, plus grand, c'était chacun son côté. Belle expérience, famille heureuse.
Moi : pour finir, un message à faire passer ?
Mme A. : On a envie de leur dire ouvrez les yeux, regardez ce qui se fait ailleurs. Mais ce n'est pas que l'allaitement, ce n'est pas parce qu'on les porte qu'ils vont être dépendant de leur mère, ce n'est pas parce qu'on les allaite longtemps qu'ils vont rester dans les jupons de leur mère. Moi je vois bien, j'ai 2 enfants complètement différents : l'aînée est très collée à moi mais la séparation à la crèche a été très douloureuse pour les 2, alors que le 2^{e} il est très content d'aller à l'école, il va vers les gens. Parfois ça m'arrive d'en jouer un peu, faut arrêter d'être bête, j'allaite longtemps et j'en suis fière, je les porte et j'en suis fière, je suis à leur écoute, j'évite de leur crier dessus et de les taper et j'en suis fière. Moi, je ne suis pas non plus une militante, j'aurai envie que les choses changent, mais je ne vais pas me mettre à poil dans la rue pour allaiter, j'essaie d'aider et si je peux venir en aide à d'autres mamans, j'en suis fière aussi… Je sais que pour leur santé, c'était mieux que de leur donner du lait de vache pour engraisser les veaux. Et pour moi, j'ai appris au fil de mes lectures que c'était mieux pour le cancer du sein, que ça aidait à la perte du poids… donc c'est tout bénef et finalement otite, laryngite, nous, on ne connaît pas ; oui, ils ont eu des rhumes mais par rapport à d'autres, ils n'ont jamais été malades. Est-ce que c'est le lait maternel ? Je n'ai pas de preuve scientifique donc je ne peux pas affirmer que c'est grâce à mon lait mais je le crois quand même.

---

32 ans, mariée, vivant sur Nantes.
2 enfants de 5 ans et 3 ans, allaitée 3 ans ½ pour la première et non sevré pour le deuxième.
BAC+5 en chimie et vu les difficultés de trouver du travail dans cette branche, se réoriente pour devenir assistante maternelle.

Entretien n° 2 : Mme B.

Contexte : J'ai rencontré cette maman au cours de mon stage de SASPAS. Elle consultait pour le suivi de ses enfants et j'ai alors appris que son aînée avait été allo-greffée il y a 3 ans suite à une leucémie. A la fin de cette consultation, son fils a demandé à téter. Elle me reçoit chez elle, en présence des enfants, en septembre 2013 pour un entretien de 50 min.

Moi : Parlons un peu de votre allaitement…
Mme B. : Au début, je savais juste que je voulais allaiter. J'étais partie sur 6 mois et puis à 6 mois… je ne me voyais pas arrêter. Alors j'ai continué naturellement. Après mon ami voulait que j'arrête à 1 an, mais pareil, je voyais l'échéance arriver et je ne voyais toujours pas de raison d'arrêter. Alors on a un peu dialogué, je lui ai dit ce que j'en pensais, les bienfaits et tout ça… et j'ai eu gain de cause. Mon fils a eu 2 ans et voilà ça continue encore.
Moi : Pour votre aînée ce n'était pas pareil ?
Mme B. : Non pour elle, je n'ai allaité que les 3 premiers mois car j'ai repris à travailler. C'était une petite mangeuse et du coup elle ne stimulait pas assez, du coup je n'avais plus de lait. Mon fils, lui, ça n'a rien à voir, il était très demandeur. C'est vraiment un bébé qui aime le sein, donc ça a continué et au jour d'aujourd'hui, je n'ai pas de date… malgré les pressions… malgré qu'il faille limite se cacher dans les toilettes pour allaiter un bébé grand… Je n'arrêterai pas pour faire plaisir au gens, c'est sûr, et limite, à nous pousser comme ça dans nos retranchements, ça donne envie de continuer très longtemps. Je vois pas pourquoi j'arrêterai au détriment de mon fils car lui, il n'a pas du tout envie d'arrêter. Ce que je dis maintenant c'est : « plus vous me dites d'arrêter plus je continuerai ». C'est vrai que plus on avance dans l'allaitement, plus on prend d'assurance, aussi bien dans l'allaitement que vis-à-vis du regard des autres. Je me rappelle que pour ma fille, jamais je n'aurais pu allaiter devant quelqu'un. Aujourd'hui ça ne me dérange pas du tout. Alors on essaie de faire attention car il y a toujours des regards, mais je ne vais pas m'empêcher de donner le sein à mon enfant, si ça gène quelqu'un c'est à lui de s'en aller et pas à moi. Faut pas me chatouiller là-dessus.
Moi : Ça a toujours été aussi évident ?
Mme B. : Au début moi aussi je me suis dis : « mais est-ce qu'il a assez de lait ? Est ce qu'il prend suffisamment ? » La fatigue… Je n'ai pas eu de difficultés au départ pour les 2. Après, pour mon fils, à 4 mois j'ai eu une baisse de lait et j'ai craqué car tout le monde me disait mais il a faim, il n'en a pas assez. Mais il n'a jamais voulu du biberon alors j'ai laissé tomber. Je me suis dis : « on se concentre, il n'y a pas de raisons que je n'y arrive pas ». Mais on peut vite douter, les gens,… les médecins qui ne sont pas assez formés pour pousser vers l'allaitement, pour aider quand ça ne va pas. Moi, j'ai changé de médecin pour ça. Quand on est arrivé ici, pour les enfants, on a consulté le médecin du village. A la première consultation, je me suis dis : « ce n'est pas possible ».
Moi : Votre fils était déjà grand ?
Mme B. : Non, il n'avait pas 6 mois. Il ne savait même pas si mon allaitement se passait bien, que déjà, ce n'était pas normal que je continue à lui donner le sein. Alors j'ai fait « oui, oui » et en sortant je me suis dit qu'il ne me reverra jamais. On ne peut pas dire, sans connaître l'histoire de la maman ou de l'enfant, « désolé, stop, vous arrêtez l'allaitement car il a dépassé l'âge ». Comme si lui donner le sein n'avait que des côtés négatifs. Il faudrait que les médecins aident les femmes à continuer l'allaitement. Déjà quand j'y allais, c'était toujours : et combien il boit de biberons ? Bah, il boit quoi alors ? Ah, vous lui donnez encore le sein ! Et alors vous lui donnez combien de fois par jour ? Non, non, il faut compter le nombre de tétées ! 4- 6 tétées par jour pas plus ! Voilà, quand on n'y connaît rien, on se dit qu'on fout n'importe quoi avec son bébé. Je suis sûr qu'il y a beaucoup de mamans qui se retrouvent en difficulté car elles font ce qu'on leur demande. Moi, je déplore vraiment ça, le médecin, la PMI… on a du mal à trouver quelqu'un quand on a du mal avec l'allaitement, ou alors qui me dise que c'est bien de continuer alors que tout va bien. Non, c'est toujours « mais il va peut-être falloir penser à arrêter »… en plus, mon fils ne faisait pas ses nuits, alors c'était toujours « mais il faut arrêter les tétées de nuit ». Et comme c'est un gros demandeur, on me dit toujours « faut le cadrer,

c'est toi qui décides ». A part avec les mamans allaitantes, on passe toujours pour des extra-terrestres parce que l'on donne le sein.
Moi : Aviez-vous d'autres mamans qui allaitaient autour de vous ?
Mme B. : Autour de moi : non, mais sur internet. J'ai commencé sur un forum quand j'ai été alitée pendant la grossesse et après on s'est suivi. La plupart allaitait, du coup on se tenait les coudes et on se conseillait. Maintenant, j'en parle un peu avec des mamans de l'école qui n'ont pas allaité très longtemps et je passe encore pour une extraterrestre. Et à la pharmacie, c'est pareil. J'ai essayé de l'homéopathie, des tisanes pour la lactation ou un sirop pour apaiser mon fils le soir, on me disait toujours « mais arrête de l'allaiter, c'est ça le problème. Donne-lui un biberon et il va dormir ! ».
Moi : Votre démarche n'est pas toujours comprise ?
Mme B. : Je conçois que chacun fait comme il veut. Mais moi, personne ne me fera arrêter et je ne vais pas me replier sur moi-même. Avec mon ami, maintenant c'est bien clair, mais c'est vrai que le regard des autres le dérange.
Moi : La famille ?
Mme B. : Non, surtout quand on est à l'extérieur. C'est vrai qu'avec mon fils, ça reste à la demande. Maintenant j'arrive à lui dire, là on ne peut pas, tu attends un petit peu ; mais quand il a vraiment décidé de téter, je peux lui dire tout ce que je veux, il viendra contre moi.
Moi : Et ça, ce n'est pas pesant pour vous ?
Mme B. : Ça dépend. Il y a des jours où je n'ai pas envie de céder, mais ça ne va pas être spécialement pour l'allaitement. La plupart du temps ça va, et puis ce n'est pas 20 tétées par jour. C'est surtout les moments où je me pose, dans le canapé par exemple. Quand je le vois téter, je vois qu'il aime ça, ça lui fait du bien et tout le monde est content.
Moi : Est-ce qu'il y a eu un âge charnière ?
Mme B. : Quand il a commencé à marcher. Alors que les autres bébés passent au lait normal, vache ou de croissance, on m'a dit mais pourquoi est-ce que tu continues. C'était tous les jours au téléphone, ça y est il a arrêté ? Quoi, il tète encore ? C'est très énervant de devoir se justifier. Après je ne vois pas jusqu'à 5 ans, mais pour le moment je trouve qu'il fait encore petit bébé. Comme on lance le 3^{e} peut-être que ça va s'arrêter pendant la grossesse. Après le co-allaitement, je ne sais pas si ça me plaira, si lui, il voudra. De toute façon, depuis ses 1 an, il n'a plus voulu téter le sein gauche. Évidemment, on commence à me dire mais tu ne pourras pas tomber enceinte si tu continues et même ma maman m'a dit qu'il va falloir arrêter, car ce n'est pas bon pour la femme enceinte. Alors quand je dis que c'est mon fils qui verra, on me dit qu'il va prendre le lait du bébé ou bien qu'il y aura de la jalousie. D'ici là, il aura 9 mois de plus, il comprendra mieux. Et puis il y aura l'école alors il ne restera peut-être qu'une tétée-câlin par jour. Il comprend très bien quand je le laisse chez ma maman, il ne demande pas à téter.
Moi : Et si c'était à refaire ?
Mme B. : Je m'écouterai plus. Je n'écouterai pas les autres. Pour ma fille, ça n'a duré que 3 mois alors que cette fois, c'était vraiment mon premier allaitement avec encore quelques doutes. Pour le prochain allaitement, on ne m'arrêtera pas.
Moi : La reprise du travail, ça aurait changé quelques choses ?
Mme B. : Dès le départ, on avait prévu que je prenne un congé parental et puis au fur et à mesure, on a repoussé. En reprenant le travail, j'aurai été malheureuse de devoir limiter les tétées et reprendre aurait été pénible à cause de ça. J'étais mal à l'aise d'arrêter l'allaitement à la demande pour retravailler.
Moi : L'allaitement dans les médias ? Des choses vous ont fait réagir ?
Mme B. : J'ai lu un article où une maman expliquait qu'elle avait été virée d'un magasin car elle allaitait en public. Ça me choque, car ça ne gène personne qu'une maman donne un biberon. On ne peut pas dire à un tout petit : tu attendras d'être à la maison pour manger. Mais même si l'enfant est plus grand, si sa maman prend sur elle d'allaiter en public, on ne peut pas lui reprocher surtout que l'on ne voit rien. Moi ça m'est arrivé que des gens me fixent et je leur est dis : « il y a un problème ? » Alors là, ils détournent le regard. Aujourd'hui, il y a des femmes nues sur la plage et personne n'a l'air d'être choqué. On ne peut pas regarder la télé sans voir une femme nue pour un gel douche. Moi, j'ai

déjà entendu c'est dégueulasse, c'est pervers. Les mentalités ce n'est pas encore ça, on n'est pas encore libre. Le week-end dernier, on était à la piscine dans un petit coin et j'ai donné le sein. Ma sœur m'a dit qu'on avait l'impression qu'on faisait juste un câlin mais si quelqu'un avait remarqué que je l'allaitais, je suis sûre que j'aurai eu des regards de dégoût. Une maman qui donne le sein, il n'y a rien de plus beau. C'est le meilleur qu'on leur donne. Le sein, il est fait à l'origine pour nourrir l'enfant, évidemment il a plaisir à téter mais rien à voir avec le plaisir sexuel.
Moi : Et l'allaitement aujourd'hui, comment est-ce perçu dans notre société ?
Mme B. : Ah c'est positif ! C'est très bien jusqu'à 3 mois, 6 mois ce n'est déjà plus très normal, après je ne vous dis même pas [rires]. Après chacun fait comme il a envie, on donne le biberon ou le sein, c'est comme ça. Mais les mamans qui donnent le biberon, elles ne vont pas aider non plus les mères qui allaitent. Leur solution, c'est toujours « mais donne-lui un biberon ». Et même avec les jouets, les bébés sont vendus avec un biberon, on a déjà pas le choix à cet âge. Ma fille quand elle a eu son bébé, elle lui a donné le biberon alors que mon fils, lui, il donne le sein à son bébé. [Rires] Bon évidemment, c'est un garçon, mais pour lui, c'est déjà plus logique de donner le sein et je trouve ça super. Les choses avancent mais même à la maternité, on a l'impression que donner le sein c'est encore surprenant. Au moindre obstacle, on arrête et on donne le biberon car vous comprenez c'est plus simple. Plus simple pour qui ? Pour la maman ou pour elles ? Après l'allaitement d'un plus grand, on vous dit que vous allez en faire un enfant capricieux, mauvais, pervers, un enfant qui ne sait manger…
Moi : OK, très bien tout ça. Le 2^{e} thème que je voulais aborder avec vous c'est la santé. Je sais qu'il y a une histoire très particulière avec votre aînée…
Mme B. : Oui c'est vrai et du coup dans l'allaitement, il y a aussi le côté de l'aider à se battre contre les microbes avec les anticorps. Je lui donne tout ce que je peux pour qu'il soit en bonne santé, pour le protéger. Et c'est vrai que pour ma fille j'y ai pensé, je me suis dis : « et si j'avais continué l'allaitement, est-ce que ça lui serait arrivé ? » Bon, ça n'aurait certainement rien changé, mais là il a le meilleur. Le lait de vache, le lait en poudre, c'est immonde !
Moi : Du coup votre médecin traitant ?
Mme B. : Et bien je suis retournée voir notre ancien médecin, celui que vous remplaciez.
Moi : A 40 km d'ici ?
Mme B. : Oui, mais je suis très attaché à lui, très confiante. C'est lui qui a trouvé la maladie de ma fille et je lui fais une confiance aveugle depuis. Je sais que dès que j'ai besoin il va nous recevoir… après au niveau allaitement, il n'est pas non plus très ouvert. Mais je le sais, alors j'en parle pas vraiment avec lui. Et puis je n'ai pas besoin de ses conseils pour l'allaitement. Bon, s'il me demande, je lui passe les détails, je lui dis juste : « oui il tète encore ». Mais on dit parfois ce que les médecins ont envie d'entendre… s'il veut entendre 4 tétées par jour, je vais dire 4 tétées par jour ; quand il me demande s'il tète encore la nuit je lui dis « non non ». Comme ça, il n'y a pas de soucis, ça ne le fâche pas. Et moi, je sais ce que je fais à la maison. Ça ne devrait pas, je sais, mais ce n'est pas comme si je faisais quelque chose qui lui faisait du mal, et comme ça, il n'y a pas de prise de tête. Après il y a peut-être des médecins qui sont mieux, mais même les pédiatres que j'ai rencontré m'ont regardé avec des gros yeux, alors que pourtant c'est normal tout ça. J'espère que quand les mamans ont des problèmes, ils sont plus compréhensifs. Enfin j'espère que ça va changer parce que même à la PMI, ça m'est arrivé de cacher le nombre de tétée. Quand on vous demande le nombre de tétée et qu'on est incapable de répondre car c'est à la demande, on a l'impression de mal faire, de ne pas être une bonne mère.
Moi : OK, et vous, avez-vous dû prendre des traitements depuis le début de l'allaitement ?
Mme B. : Des médicaments ? Non, pas vraiment. J'ai essayé l'homéopathie, des tisanes pour booster la lactation mais c'est les conseils sur le forum des mamans qui m'ont aidés le plus. Maintenant, je sais que c'est surtout dans la tête et qu'il faut être bien sûre de soi pour que ça marche. Sinon, c'est vrai que lorsque l'on allaite, il y a beaucoup de choses auquel on n'a pas le droit et les médecins n'y font pas toujours attention. Moi, je suis pas mal homéopathie et comme je ne suis pas très souvent malade, je gère ça avec la pharmacienne, comme ça je suis sûre pour l'allaitement. Une fois, j'ai consulté pour une angine, et je dis bien pourtant que j'allaite, mais arrivée chez moi, j'ai lu que ce

n'était pas compatible avec l'allaitement, du coup on ne prend pas les médicaments. Même à la pharmacie, c'est toujours « ah bah je ne sais pas trop si on peut le prendre avec l'allaitement ». Je trouve vraiment là-dessus qu'ils ne sont pas assez formés. Certaines mamans peuvent prendre sans faire attention et du coup c'est toute la structure médicale qui rend l'allaitement mauvais, ce n'est pas les mamans.
Moi : voilà donc des choses à changer. Côté vaccinations ?
Mme B. : A jour ! Ça j'y fais très attention. Du fait de mon aînée, je ne néglige pas trop ce côté-là et je suis plutôt pour la prévention. De toute façon pour les enfants, j'ai encore tendance à consulter pour le moindre bobo. Enfin je crois que pour mon fils j'arrive mieux à relativiser, mais pour ma fille j'ai encore beaucoup recours aux médecins. Après pour un 2e, on fait toujours différemment.
Moi : Donc on a vu médicament et vaccin. Tabac, Alcool ?
Mme B. : Pour moi [rires] je ne bois pas et je ne fume pas. Pour l'allaitement ça n'a donc jamais été une contrainte. Moi, je suis choquée par les mamans qui fument, même celle qui n'allaitent pas. Pareil pour les femmes enceintes. Je ne conçois pas qu'on puisse faire ça quand on connaît le risque pour les enfants. Je trouve que ça enlève du positif à l'allaitement.
Moi : Et la contraception ?
Mme B. : Alors ça c'est bien d'en parler parce que ça joue beaucoup sur la lactation. On propose automatiquement la pilule, alors c'est bien, mais la pilule spéciale allaitement elle est chère ou alors très pénible car il faut la prendre à heure fixe. Au final moi, j'ai arrêté la pilule car j'ai eu des baisses de lactation et mon allaitement passe avant tout. Mais ça, on devrait en parler, prévenir les femmes que ça peut arriver. Bon là, on essaie le 3e donc plus de soucis, mais après je ne reprendrais pas quelque chose qui peut avoir une incidence sur mon allaitement.

---

30 ans, vivant en couple (2e union) en milieu rural
2 enfants de 6 et 2 ans, allaités 3 mois pour l'ainée et non sevré pour le deuxième.
En congé parental, travaille en restauration.

Entretien n°3 : Mme C.

Contexte : J'ai également rencontré cette maman au cours de mon stage de SASPAS mais chez un autre médecin. Alors qu'elle consultait pour les certificats de sport des plus grands, elle a dit que l'allaitement faisait de beaux enfants. Mme C est voilée, elle porte un foulard de couleur qui lui cache le cou et les cheveux). Elle me reçoit chez elle, en présence de son dernier enfant, pour un entretien de 1h30 au cours du mois de septembre 2013.

Mme C. : Vous trouvez facilement des mamans qui allaitent longtemps ?
Moi : Alors, ça fait un moment que je note au fur et à mesure des rencontres le nom de mamans qui allaitent longtemps et je les rappelle quand leur enfant a plus d'un an. J'essaie surtout de voir des mamans qui ont des médecins différents.
Mme C. : Bon, alors j'ai des noms à vous donner… Ma sœur, des amies, même une qui est très catholique. C'est vrai que pour moi l'allaitement prolongé, il est en parti dû à une orientation religieuse, et puis aussi car chez nous, on est pluriculturel. Du coup, chez nous l'allaitement c'est la normalité. On accouche, on allaite, c'est logique. Il n'y a aucune obligation en soit, mais c'est vrai qu'il n'y a pas encore le dogme du biberon et du lait en poudre. Chez moi, c'est inné mais j'ai des sœurs qui sont passé du côté des biberons, c'est un choix. J'ai eu une première expérience difficile avec ma fille qui est l'aînée des 4. En fait, j'ai eu des grossesses à risque, et en plus, on a découvert à sa naissance que mon mari et moi, on a une incompatibilité sanguine super super rare alors qu'on n'est pas du tout consanguins. Du coup, forte jaunisse, exsanguination et séparation d'avec mon bébé. Ils ont essayé que l'on se voit souvent, mais pour l'allaitement c'était très difficile. Elle a eu rapidement des biberons et après on a essayé de la mettre au sein mais c'était trop tard, elle ne savait plus faire. J'ai vraiment senti cette cassure, et pour les suivants je voulais vraiment les allaiter. Elle me dit parfois oui mais moi tu ne m'as pas allaité. Alors je lui redis que l'envie était là, que le manque est là encore, mais que je préfère de loin qu'elle soit sauve. Pour mon 2e, c'était bien noté dans mon dossier donc il a été tout de suite sous les lampes et il a eu un tout petit ictère. Il a été avec moi dans la chambre. J'avais pris une chambre seule, car la fois d'avant, voir l'autre maman avec son bébé, c'était très dur. Du fait d'être tous les 2, l'allaitement s'est mis en place tout seul. J'ai eu quelques crevasses mais j'avais ma grand-mère qui me disait vas-y met le au sein sa salive va cicatriser. J'avais l'impression de continuer ma grossesse. C'était naturel, sans contrainte et comme ça 18 mois. L'arrêt c'est passé simplement. Pour mon 3e, encore mieux car à la maternité je trouvais qu'ils avaient changé leur façon de penser, on était plus dans le naturel, pour accoucher je n'étais pas déjà sanglée sur le lit. J'ai pu accoucher comme j'ai voulu, j'ai eu le droit au ballon, à plusieurs positions pour préparer son arrivée. On l'a mis sur mon ventre et il a crapahuté jusqu'au sein tout seul. Pareil, simple. On venait d'acquérir la maison, je ne me voyais pas avec les travaux dans les biberons. Compter le nombre de cuillères à 4h du matin, ce n'était juste pas possible. Et puis ici, on a découvert le co-dodo. Les nuits me paraissaient de plus en plus courtes alors avec le 3e, l'école… ça c'est fait tout seul. Et lui aussi jusqu'à 18 mois, en fait quand on l'a changé de chambre, le va-et-vient commençait à être éprouvant pour moi. Alors on a commencé tout doucement et puis j'ai dû aller au chevet de ma sœur, donc là on a fait très vite comme ça c'est mon mari qui l'a gardé. Mais c'est vrai qu'il était temps car comme il marchait, il venait comme ça et me soulevait mes affaires et se mettait à téter. Donc là, je ne trouvais pas ça très sain et je n'avais pas envie de ça. Je voulais que ça reste intime, une relation entre moi et mon fils, et lui à son âge, il ne voyait pas la différence : à la maison, dehors, avec des personnes… Donc on en a discuté avec mon mari, avec mes enfants, et ça s'est bien passé à chaque fois, aussi bien pour eux que pour moi. C'était un choix d'arrêter à ce moment-là. Je n'ai jamais eu l'épée de Damoclès de reprendre à travailler car à chaque fois j'ai pris les 3 ans. Par rapport à d'autres mamans, j'ai cette chance. Je ne me voyais pas du tout tirer mon lait dans un bureau, congeler du lait. Ce n'est pas mon truc, pour moi ce n'est pas ça l'allaitement mais ce n'est pas une critique, c'est plus pour être en phase avec moi-même. Je ne suis pas comme Mme Badinter qui a des idées très très arrêtées et archaïques sur tout ça. Enfin sans vous mentir, je n'ai pas de vision de ce que ça doit être. Je n'ai pas lu de bouquin, je n'ai pas fait de recherches. Ce n'est pas

quelque chose de réfléchi, je finis juste une histoire qui a commencé avec la conception. Pour moi, même si on a des horaires décalés, qu'on est réveillé, qu'on n'a pas une belle poitrine, c'est un moment où l'on se pose. Le biberon, on a tendance à le donner à n'importe qui, on casse la relation mère-enfant pour moi. L'allaitement, c'est vraiment un instant de calme dans le chaos de la journée. Alors, il y a toujours des gens qui diront que le papa ne participe pas. Mais en fait si, il est à côté, on discute pendant que l'enfant est calme. Même s'il y a d'autres enfants dans la maison, on est comme dans un cocon à 3 à ce moment-là. Les enfants, ils viennent regarder. Ma fille a 12 ans, lors de la naissance du 4e, elle m'a même demandé de goûter. Je lui ai dis « pas de soucis, rapporte moi un verre », je n'ai pas trouvé ça déplacé ; je n'aurais jamais pensé à la faire téter, c'est très bizarre ça. Je trouve ça bien qu'elle s'y intéresse à son âge car je sais qu'elle se pose des questions sur ce non-allaitement pour elle. Alors on en parle… Quand le 4e est né, encore un avancement, je me suis retrouvé avec le portage, le bio, le sentiment de naturel. Dans les magasins, je pouvais demander à emprunter la cabine d'essayage pour l'allaiter pendant les courses. Pour le 3e, j'étais obligé de retourner à ma voiture. Il y a vraiment une évolution sur les 10 dernières années, le regard change et les femmes se positionnent vers ce naturel. On revient aux sources, on se cherche, on écoute plus son instinct. Je peux comprendre les femmes qui ne lâchent rien car elles ont peur d'entendre : « excuse-moi mais Pierre passera devant toi parce que lui, il ne donne pas le sein ». Il faut se justifier d'un truc naturel qui reste encore stigmatisé. Oui, il faut que la femme soit libérée mais un homme reste un homme et une femme reste une femme ! Ça n'empêche pas d'avoir une carrière, de viser haut mais on a le droit de rester femme. Personne ne se trahit en revenant aux sources. Pour mon 2e, j'avais rencontré une sage-femme quasi réac, qui ne parlait que de naturel, à l'opposé de l'hypermédicalisation de mes grossesses. Ma 2e rencontre avec des sages-femmes, c'est pour mon dernier, et elles aussi me disaient : il faut être à l'écoute de votre corps, vous saurez ce qui est bon. On ne m'a jamais poussé vers l'allaitement ou le biberon, non c'était mon cheminement. Après parfois, quand j'étais crevé, je me disais : « on va passer aux biberons », et puis en le regardant téter je me disais : « n'importe quoi »… Pour le dernier c'était encore plus facile, plus simple. Et ça s'est fini vers 19 mois suite à un abcès. Douleur, fatigue, alors on est passé aux biberons. Comme on était vraiment dans notre cocon à ce moment-là, ça a été un peu dur.

Moi : Vous avez eu des traitements à ce moment-là ?

Mme C. : Oui des antibiotiques et un anti-inflammatoire. Donc tout ce qui contre-indiquait l'allaitement. J'ai vu mon médecin traitant, ça m'est vraiment tombé dessus, 40° de fièvre d'un coup. Je n'avais pas connu ça avant. Mais bon, pas de regret, pour mon dernier : jamais d'otite, pas de maladie, une croissance normale. Je pense que j'avais du bon lait, je lui ai donné le meilleur. J'ai une sœur qui a allaité jusqu'à 2 ans, elle a apprécié aussi. J'aurais bien aimé aller jusqu'à 2 ans mais 19 mois c'est bien.

Moi : votre médecin vous a parlé de sevrage à ce moment-là ?

Mme C. : Non, elle m'avait dit de tirer mon lait parce que je n'avais pas prévu d'arrêter à ce moment-là. J'ai toujours rencontré des médecins assez ouverts ou du moins qui sont restés neutres. On ne m'a jamais dit « c'est comme ça ». Même pour ma première où l'allaitement ne se passait pas bien, le pédiatre a été super et il a tout fait pour m'aider à ce que ça reparte avant de dire que ça ne se ferait pas. Lui, il avait un avis assez tranché et il était à fond pour l'allaitement. Après, quand je repense aux puéricultrices du CHU, je trouve que pour mon dernier, c'est-à-dire 12 ans après ça, elles étaient beaucoup plus présentes pour aider à mettre aux seins. Lui à sa naissance, l'ictère était très très fort et donc il devait rester le plus possible sous la lampe et je voyais bien que pour l'équipe c'était un crève-cœur de dire « on va lui donner un biberon pour qu'il reste calme sous la lampe ». Ça leur coûtait autant qu'à moi. Toujours peur que ça fasse comme mon aînée, mais là, j'ai bénéficié de l'unité kangourou et vraiment tout le monde était à l'écoute et gravite autour de la maman. Voilà, à partir de là, j'avais l'impression que le cordon ombilical n'était pas coupé. La scission se fait au fur et à mesure en douceur. Les mœurs font que maintenant c'est plus naturel.

Moi : Aussi bien sur l'initiation de l'allaitement que sur sa durée ?

Mme C. : Eh sur la durée, les gens s'étonnent beaucoup. Quand j'en parle, c'est vrai que c'est toujours : « quoi tu l'allaites encore ? » Une dame m'a même demandé si je ne trouvais pas ça

pervers… Pour moi ce n'est pas plus pervers que de regarder une pub de voiture à la télé où le sein tu ne sais même pas ce qu'il y fait. Quel drôle d'idée ! Oui, c'est de l'amour mais il n'y a pas d'élan sexuel là dedans. Mon sein ne fait pas l'objet de fantasme, de désir sexuel par mon enfant. Il y a quelques jours, j'ai vu une dame allaiter son enfant dans une galerie commerciale, moi perso, je ne l'aurais pas fait devant tout le monde, mais dire que ça peut choquer des gens, je trouve que c'est très exagéré, alors qu'il y a des images à connotation sexuelle partout. Aujourd'hui il faut payer pour aller au zoo pour que les gens s'extasient en voyant un petit animal téter. La société est vraiment à double courant. C'est pareil, on ne peut pas dire qu'allaiter c'est une nouvelle mode. Il y a eu les baba-cool, maintenant c'est les bobos, ils veulent manger bio, local mais allaiter ce n'est pas nouveau. La plupart de mes amies font 6 mois et ça leur apparaît déjà le Graal. Sur la durée, les gens sont encore très primitifs. Le livre de Mme Badinter, qui est sorti en 2011, n'a pas beaucoup aidé dans les conversations autour de l'allaitement. J'en parle parce que je l'ai lu. Nous comparer à des primates, ça ne fait pas très plaisir, mais tous les mammifères allaitent leurs enfants et ils ne se posent pas 36 000 questions. La fibre maternelle, je ne sais pas si ça existe, mais l'instinct animal c'est sûr et en disant ça, je n'ai pas l'impression de progresser ni de régresser… Au-delà de 2 ans, je n'aurais pas continué, car à cet âge, ils sont prêts, ils savent me dire ce qu'ils veulent et j'aurais peur de les emprisonner dans quelque chose de trop exclusif, d'être coupable de l'étouffer. A cet âge, il est en capacité de tout faire, manger tout seul, choisir… l'allaitement ne se justifie plus, il n'y a plus nécessité de les nourrir donc pour moi arrêter vers cet âge-là, c'est logique. C'est effectivement comme pour les animaux, quand il n'y a plus de besoin, l'allaitement s'arrête. Après c'est sûr, on peut se créer le besoin, mais quel est le bénéfice pour l'enfant ? Pour moi, c'est le bénéfice de l'enfant qui importe.

Moi : Et pour vous est ce qu'il y avait également un bénéfice ?

Mme C. : Oui, dans le sens où c'est un moment de calme. C'est bien gentil que les médecins vous disent il faut se reposer. Moi, j'en ai 4, j'ai une maison à tenir, des courses à faire… se reposer, c'est juste pas possible. Le fait d'allaiter en fait m'obligeait à me poser, de bien se caler, mon corps était alors sur off pendant 20 minutes. Le nombre de fois où je me suis assoupie… C'est du bien-être, du temps pour moi mais ça, c'est quand ça s'est fini que j'en ai pris conscience. J'étais apaisée et je pouvais repartir après, un peu comme si le bébé en retour m'envoyait de l'énergie. Et puis, pas se prendre la tête avec le nettoyage des biberons, la stérilisation, le nombre de cuillères, la température… et puis quand on se déplace pas de sac à langer qui fait 15 tonnes. Je ne me suis jamais posé la question s'il me restait suffisamment de lait chez moi… pas de stress… un truc en moins à gérer. Et puis économiquement parlant, c'est une vrai différence surtout pour 4. Bon c'est sûr il reste les couches, mais ça je n'ai pas pu me résoudre à prendre des trucs lavable et je crois que si je l'avais fait ma mère m'aurait déshérité. [Rires] Elle me dirait c'est un progrès ! [Rires] Alors c'est sûr que pour le faire manger c'est toujours moi, mais si j'ai continué c'est qu'il n'y avait pas de contrainte. Et puis aussi que personne ne m'a jamais dit que ce n'était pas bien.

Interruption par un coup de fil de sa sœur.

Mme C. : Alors elle c'est pareil, elle prolonge et là, elle est enceinte de son 5^{e}. En fait, elle a fait une crise d'éclampsie et elle a perdu le dernier… Peut-être que d'être à se point surveillées pendant la grossesse, ça nous donne envie de prolonger pour protéger le plus possible nos enfants. C'est viscéral tout ça. C'est vrai que mes parents sont très ouverts par rapport à ça, sans condamner mes autres sœurs qui ont fait autrement. Pour nous l'allaitement c'est normal, j'ai toujours eu des bons conseils par ma grand-mère. Étant originaire du Maroc, je vois comment ça se passe là-bas. Le biberon commence tout juste à émerger, avec l'idée que c'est le progrès. Cette pseudo-liberté du biberon attire mais la plupart continue à allaiter sans y penser. Après dans le Coran, c'est fortement conseillé d'allaiter 2 ans mais il n'y a pas d'obligation, mais c'est vrai qu'il y a plein de conseil pour la santé dans le Coran. C'est un vrai soutien moral puisque la famille, le mari sont pour l'allaitement. Les époux musulmans sont très aidants pendant ce temps-là, ils ne disent pas qu'ils se sentent exclus. Par moment, je suis plus mère qu'épouse mais je n'ai pas à m'en justifier. C'est vrai que c'est culturel, eux, ils ont vu leur mère, leurs sœurs qui allaitent alors ça aide. Quand vous allez dans les campagnes, à la ferme, tout le monde travaille tout le temps, par contre, lorsqu'une femme se pose

pour allaiter son enfant jamais personne n'ira lui dire quelque chose. Et puis quand on accouche, quand on allaite, il y a tout un protocole qui se met en place autour de la maman. On vous fait des plats biens généreux avec certaines épices pour la lactation. Moi, je n'ai jamais acheté d'homéopathie pour ça car nos mères nous préparent des tisanes pour entretenir la lactation, certains plats pour compenser les carences. Tout ça rend plus facile d'allaiter plus longtemps… Il y a de plus en plus de société qui reviennent à tout ça, une base bien saine. Ce n'est pas que l'allaitement va résoudre les problèmes mais en étant proche de son enfant, il y a des soucis que l'on ne se pose pas. Il y a ce lien aussi avec l'enfant. Je pense à une amie qui a eu un don d'ovule et qui expliquait qu'allaiter c'était un besoin viscéral de remettre du naturel dans tout ça. Aujourd'hui, on met tellement de pression comme quoi il faut faire carrière. On considère encore que si une femme s'arrête trop longtemps pour ses enfants, elle est « has been ». Alors c'est vrai qu'après 6 ans de congé parental, j'ai eu besoin de retourner à la vie active, d'avoir une vie sociale en dehors de la maison… Si la société me demande ce que j'ai fait pour elle, moi, je peux dire que même si je n'ai pas beaucoup cotisé, j'ai fait des enfants en bonne santé, donc pas de trou dans les caisses de l'état, j'ai fait en sorte de donner des fondations solides à ma famille… je n'ai pas le sentiment d'être passée à côté de ma vie, d'être culturellement arriérée. Ça, je le ressens à plusieurs niveau, déjà parce que religieusement je suis voilée et que donc les gens pensent qu'intellectuellement je suis moindre et que mon époux est forcement archaïque, autoritaire… et pourtant dans le Coran, chacun est à sa place et on a autant de devoir l'un envers l'autre… Quand j'entends parler des « nouveaux papas », je me dis oui, mon mari ne donne pas le biberon, mais il fait le ménage, il donne le bain, il les couche, il est là pour les accouchements.

Moi : On commence à avoir bien fait le tour, un petit mot pour finir ?

Mme C. : Quand vous m'avez appelé je me suis dis mais qu'est ce que je vais pouvoir raconter… je ne fais rien d'extraordinaire, j'ai la chance de pouvoir prendre 3 ans, ça aide c'est sûr. J'aurai eu à retravailler après quelque mois ça aurait été dur, pour moi, ça, ce n'est pas la liberté. A force de vouloir être comme les hommes, on perd notre identité. On a laissé la femme disposer de son corps avec la pilule, on doit lui laisser le choix qui n'incombe qu'à elle, d'allaiter ou pas et le temps qu'elle veut.

Moi : Je me permets de rebondir sur la contraception…

Mme C. : Et bien moi, je suis très féconde avec des grossesses très à risque : cholestase, diabète gestationnel, suivi au CHU… au début ç'a été la pilule mais vite contre-indiquée, ensuite les spermicides mais ça ne marche pas tout le temps. J'ai eu le droit au stérilet jusqu'à ce que l'on me propose une contraception définitive. J'en ai beaucoup discuté avec la gynéco et les sages-femmes mais il y a un vrai deuil et j'en ai beaucoup pleuré. On m'a dit pourquoi pas votre mari mais la question n'était pas là, c'était perdre ce choix d'avoir ou non un autre enfant. Ça n'a pas été un cheminement facile, mais s'il devait m'arriver quelque chose parce que je n'avais pas posé l'ESSUR, je laissais mes 4 enfants, un mari. La raison l'a emporté, mais même religieusement parlant, il faut préserver la santé en premier… En fait, quand il a fallu changer mon stérilet, on s'est posé la question d'en avoir un 4^{e}. J'en ai parlé avec mon médecin et là, j'ai trouvé ça très professionnel, très grand de sa part, elle m'a dit qu'elle ne pourrait pas être à 100% avec moi car avec la fac, elle n'était pas toujours à son cabinet. Du coup, j'ai rencontré la gynéco avec qui on a longtemps discuté et m'a dit OK, mais si on a l'accord du CHU. Elle a mis ensuite les sages-femmes en place, prise de sang hebdomadaire, les échos au CHU, le SIG… Tout ça pour que je puisse vivre une grossesse sereine, même si c'est très médicalisé, ils étaient à l'écoute, beaucoup d'échanges. Ils tenaient mon médecin au courant comme je l'avais demandé, c'était super. Je pense que si la relation patient – médecin était si bonne, c'est parce que j'avais conscience qu'ils étaient tous là pour moi. C'était les plus pointus dans leur domaine et j'ai beaucoup de respect pour eux et ils en avaient tout autant pour moi. Au SIG, je tombais toujours sur des hommes alors je n'ai jamais rien dis mais je ne vous cacherai pas que je n'étais pas à l'aise. Ils étaient supers et c'est vrai qu'ils laissaient facilement une étudiante ou une collègue reprendre la main. Pour l'ESSUR c'est pareil je leur faisais confiance.

40 ans, mariée, vivant en milieu semi-rural
4 enfants de 14, 12, 10 et 2 ans pour des allaitements de quelques jours à 19 mois.
Assistante maternelle en congé parental.

Entretien n°4 : Mme D.

Contexte : J'ai rencontré Mme D. lors d'un examen de santé de ses filles. Elle m'annonçait alors discrètement qu'elle débutait une grossesse et pensait sevrer sa fille âgée alors de 3 ans. Elle me recevra chez elle, en septembre 2013, pour un entretien d'1 heure en compagnie de son fils âgé de 8 mois.

Mme D. : Bon alors l'allaitement, et bien j'ai 3 enfants et je les ai allaités. J'ai toujours trouvé que l'allaitement c'était naturel. Le biberon, c'est comme un corps étranger entre le bébé et la maman. Moi, j'ai fait ça pour le côté fusionnel et très naturel. Que la maman donne son sein, ça se fait depuis la nuit des temps et puis c'a plein d'avantages. On dit que les bébés sont plus résistants, qu'il y a moins d'allergies, il y a moins de risque d'obésité aussi. Chose importante pour une femme, qui plus est hôtesse de l'air, on reprend vite la ligne quand on allaite. Et puis c'est gratuit ! [Rires] C'est vrai que moi je suis très maman-poule et je voulais ce contact-là entre l'enfant et moi, c'est fusionnel, c'est plein de tendresse et je pense que je n'aurais pas eu ça avec le biberon.
Moi : Et le côté prolongé de vos allaitements ?
Mme D. : Et bien au départ, j'étais très lait maternel, couches lavables, jouets en bois, etc. Depuis il y a beaucoup de choses qui ont changé. [Rires] Et j'avais comme référence les pays plus avancés côté allaitement, les pays nordiques et c'est vrai que les chiffres montrent que là-bas, il y a beaucoup de mamans qui allaitent longtemps. Et comme c'a tout de suite bien marché et que j'adore ça, j'ai allaité longtemps pensant que c'était le mieux pour l'enfant. Pour l'aînée, j'ai fait 15 mois ½. Pour la 2e, là on s'est dit que j'avais peut-être fait trop longtemps puisque je l'ai allaité jusqu'à ses 3 ans, jusqu'à l'école.
Moi : C'était une volonté de votre part d'arrêter à 15 mois ½ pour la première ?
Mme D. : En fait, je pensais faire jusqu'à ses 2 ans mais je suis retombée enceinte. Comme je voulais allaiter le second bébé, je ne voulais pas que ce soit trop difficile pour ma fille d'accepter ce bébé. Malgré le fait que j'ai arrêté 5 mois ½ avant la naissance, ça a été terrible. Quand elle est venue à la maternité, elle était toute contente de voir sa petite sœur mais quand je l'ai mise au sein, ça a été la catastrophe. Elle a hurlé, c'était le drame ; elle disait « non c'est à moi ». J'ai appelé la leache ligue à ce moment là et m'a dit que je pouvais continuer à allaiter le 2. Mais je trouvais ça trop compliqué et je me dis qu'il faut bien s'arrêter à un moment donné. Ça a été dur pendant 2 mois et après ma fille a compris quand on lui a dit que c'était pour le bébé, et puis elle avait tout ce qu'il faut dans son alimentation. Maintenant je regrette un peu d'avoir allaité si longtemps ma 2e parce que c'était devenu son doudou et c'est comme si j'étais à sa disposition. Ça en a fait une enfant capricieuse par rapport à ça, elle avait l'habitude que je lui donne tout de suite ce qu'elle voulait. Pour elle, c'était vraiment indispensable, alors quand je suis tombé de nouveau enceinte, on a dû négocier un peu et j'ai fait une tétée le matin et une le soir. Je lui expliquais « maintenant tu es une grande, tu vas à l'école ». C'était que de la tétouille, c'était pour avoir le câlin et sa maman rien qu'à elle. C'était un peu dur mais ça s'est bien passé mais elle est devenue accro à sa tétine et à son doudou qui est ma chemise de nuit d'allaitement, tout un symbole. [Rires]
Brève interruption par la mise au sein de son fils qui dans ses bras cherche le sein.
Mme D. : Bah voilà en direct, mais là c'est plus pour le câlin. Là, je commence la diversification et il mange énormément.
Moi : Des grands pots ?
Mme D. : Non, je fais moi-même. Mais il mange des grandes quantités, alors parfois je me demande s'il en a assez. Comme c'est un garçon, il est beaucoup plus grand que ses sœurs. Et j'ai tendance à lui donner plus souvent le sein à cause de ça. Après, je me dis que c'est à la demande… Vous voyez ces petits jeux, quand il tète, je lui caresse la main, lui, il touche le sein, c'est plein de tendresse. Ça permet aussi quand on donne le sein de faire une pause. On s'isole un petit peu, quand les sœurs jouent et se chamaillent, ça fait du bien pour lui et pour moi d'aller dans une pièce tranquille.
Moi : Et du coup le projet pour ce 3e allaitement ?

Mme D. : Je vais être en congé parental pendant 3 ans. Mais je ne veux pas l'allaiter pendant 3 ans, non, plutôt comme mon aînée, 2 ans grand maximum. C'est vrai que là, c'est une petit contrainte l'allaitement car je voulais le mettre à la garderie et comme il fait ses dents, il pleure pas mal et je le mets du coup plus au sein. Et ça, ils ne peuvent pas le faire à la garderie, et en plus je n'arrive pas à tirer mon lait. J'avais réussi à le faire un peu pour la 1ere, mais pas non plus pour la 2e. C'est vrai que quand on a envie de sortir, c'est un peu contraignant pour ça l'allaitement. Du coup j'ai acheté du lait de croissance en brique et j'ai pu le confier une fois à papa. Mais je suis très maman-poule et j'ai peur de confier mes enfants. L'allaitement me permet peut-être… de justifier de rester avec eux. [Rires] C'est vrai que je sacrifie un peu ma vie avec les copines, là on se fait un resto avec papa mais bébé sera là. Faut être encore un peu patient, les filles elles sont aussi allées à la garderie mais plus grandes, 18 mois je crois.
Moi : Pour le travail, vous parliez d'hôtesse de l'air ?
Mme D. : Oui, pas très évident avec les petits. Avant je partais plusieurs jours. Je ne sais pas ce que ça donnera car je n'ai pas encore repris. J'avais envie de les élever, de les voir grandir et leur donner le sein aussi. Je ne sais pas comment je vais m'organiser, à quelle fréquence je vais travailler ou carrément changer de travail si je n'arrive pas à les voir assez.
Moi : OK, bon c'est pour plus tard donc. Sur la mise en place de l'allaitement vous aviez eu des difficultés ?
Mme D. : Bah comme tout le monde, des crevasses, un engorgement pour la première… Mais c'est vrai que je comptais que sur moi-même et un peu sur les associations. Parce qu'on n'est pas aidé ! Que ce soit l'entourage et même… des professionnels qui n'aident pas du tout et bien au contraire. Pas de problème pour mes filles, mais là je suis allée à la PMI et je suis scandalisée de voir que la puéricultrice est anti-allaitement. Je lui ai dis que je lui donnais 8-10 tétées par jour et elle m'a grondé, comme quoi je ne faisais que ça, qu'il fallait aussi penser aux 2 autres. Elle essayait de me culpabiliser par rapport à mes filles comme si j'étais une mère indigne. Elle m'a dit qu'il était trop gros alors qu'elle n'avait rien dit à une amie alors que son fils pesait plus. On n'est pas encouragé si les professionnels s'y mettent. Après, le médecin de la PMI m'a dit tout l'inverse. Mais j'ai une amie qui a très vite arrêté d'allaiter son enfant parce qu'elle suivait le programme donné par cette puéricultrice : tant de tétées par jour, 3 heures entre elles, alors que son enfant était en plein pic de croissance. C'est pour tout ça que j'ai préféré m'en remettre à moi-même. Après la leche league et les autres associations, ils ne pensent pas trop à la maman. On est un peu esclave de son enfant, c'est trop. Arrivé au 3e je fais la part des choses. En fait pour ma 1ere, j'ai fait selon mon feeling et ça c'était bien passé. Pour la 2e j'ai écouté la leche league et je l'avais tout le temps dans les bras, dans l'écharpe. Je lui donnais même le sein dans l'écharpe quand je faisais mes courses et je me suis aperçu que ça choque un petit peu. Il faut mieux le faire dans un rayon où il n'y a personne, parce que sinon on vous regarde avec des grands yeux. Ils doivent se dire qu'on est en Afrique, que c'est bizarre. [Rires] Pour la leche league, le co-sleeping c'est bien, j'avais donc la 2e dans le lit mais je donnais 10 tétées dans la nuit donc c'est exagéré. Pour le 3e j'ai évité ça. Plus grand, j'ai aussi arrêté de donner le sein dès qu'il pleurait car la 2e, elle avait longtemps le sein à la demande et elle est plus capricieuse. Par contre, je refais la même erreur qu'avant c'est-à-dire que quand il pleure pour s'endormir, je le remets un peu vite au sein où il s'endort à chaque fois. Alors des fois, je me rattrape car je ne veux pas retomber dans l'excès de la 2e… Ah oui, je voulais vous dire aussi que je me suis rendu compte que, quand vous êtes dans les galeries commerciales, il n'y a rien de prévu pour donner le sein dans un coin tranquille. Il y a encore un grand décalage avec les pays nordiques.
Moi : En fait chez ikéa, vous avez un coin nurserie avec un grand fauteuil.
Mme D. : Ah oui ! Mais ikéa c'est suédois. [Rires] En France, on n'est pas en avance là-dessus et ça n'encourage pas les mamans à allaiter longtemps. Je ne dis pas comme moi je fais, mais 6 mois c'est bien. Après 3 mois, les chiffres dégringolent, alors que c'est un moyen de faire des économies pour la Sécurité Sociale. Je ne comprends pas qu'il n'y ait pas plus d'effort, quand vous rencontrez cette professionnelle de la PMI, Protection Maternelle et Infantile, elle vous décourage. Heureusement, que j'étais à mon 3e enfant car pour le 1er j'aurais laissé tombé. L'allaitement prolongé devrait être valorisé, ce n'est que des avantages pour l'avenir, pour la santé de l'enfant et de la maman. On sait

bien que les mamans ont tendance à prendre du poids or ça engendre d'autres soucis de santé. Quand on voit l'ampleur du déficit, on devrait encourager bien plus l'allaitement prolongé. Quand je discute avec des mamans qui ont allaité plus que la moyenne, on est prise encore par des extraterrestres. Je me souviens d'une amie qui me disait mais tu ne trouves pas que ton enfant est trop grand, regarde quand tu lui donnes le sein ses jambes dépassent de toi ! Moi je ne trouve pas ça étrange, c'est toujours aussi merveilleux qu'au premier jour.
Moi : Tout à l'heure vous disiez que l'entourage n'est pas toujours aidant.
Mme D. : Bah, par exemple ma mère pour le 3e, elle m'a dit : tu as déjà les 2 grandes à t'occuper, si tu allaites, tu ne tiendras pas le coup, tu seras trop fatiguée. Alors oui, au début il y a beaucoup de tétées mais je me suis accrochée. De toute façon, je n'arriverai pas à lui donner de biberon. Je respecte complètement les mamans qui donnent le biberon mais pour moi c'est inconcevable. [Rires] Mon corps fabrique du lait, c'est naturel et c'est pour les enfants. Après j'ai été marqué par un reportage en Afrique où Nestlé faisait de la pub pour son lait en poudre. Ils expliquaient que les mamans arrêtaient d'allaiter et que les enfants mourraient à cause de l'eau contaminée dans les biberons. Voilà, ça m'avait beaucoup chagriné et rien que pour ça, je me disais que je n'achèterai pas de lait… Je me souviens d'une réflexion de mon oncle médecin, c'était avant que j'ai mes enfants. Il parlait d'une femme qui allaitait après 2 ans et il disait : vous vous rendez compte un grand comme ça avec ses dents et qui marche, elle a un trouble psychologique pour faire ça. Voilà les médecins qui disent ça je me dis bah bravo ! J'avais été surprise que ma tante, sa femme, ancienne infirmière, dise comme lui : c'est étrange, bizarre. Elle, pourtant, elle a allaité jusqu'à 8-10 mois dans les années 70, les années du biberon.

Moi : Autour de vous, vous avez eu d'autres femmes qui allaitaient ?
Mme D. : Ma maman n'a pas réussi. En fait, j'ai 2 tantes qui lui avaient dit c'est formidable, alors elle a voulu le faire pour sa 3e grossesse mais on était 2. Elle avait les 2 grands, le travail à la ferme, ce n'était pas simple avec des jumelles. Du coup, j'avais peut-être cette petite frustration de ma maman en tête et elle, elle avait peut-être peur que moi-aussi, je fasse un baby-blues à la naissance du 3e. Et en fait, ma sœur jumelle a accouché en même temps que moi et elle-aussi, elle voulait allaiter jusqu'à 2 ans et elle a dû le faire 15-16 mois. On partageait les mêmes idées sur l'allaitement, les couches lavables, les jouets en bois… J'ai retrouvé cette culture, cette mentalité chez d'autres mamans qui allaitaient longtemps : apporter le meilleur à son enfants, du bio, les choses les plus naturelles… après, les couches lavables, j'ai arrêté après la 1ere ! [Rires]
Moi : comment trouvez vous l'image de l'allaitement dans les médias ?
Mme D. : Alors je ne regarde plus trop la télé mais dans les magazines, ils disent que l'allaitement c'est ce qu'il y a de mieux. Après, ils font plein de pubs pour le lait infantile, les biberons. Souvent, ils disent qu'un bon biberon vaut mieux qu'un mauvais allaitement et que ce qui compte, c'est que la mère choisisse. Mais à la maternité, j'étais étonné du nombre de mamans qui donnaient le biberon dès la naissance. Elles ne veulent même pas essayer, même pas pour donner le colostrum. Pourtant c'est connu que c'est très important pour les anticorps. Il y a la peur des crevasses, comme ils en parlent dans les revues, peut-être que ça décourage les mamans. Dans les pays nordiques, je ne pense pas non plus qu'on le cache aux mamans, c'est peut-être grâce aux associations…
Moi : Aux professionnels ?
Mme D. : Bah oui la formation des professionnels, c'est vrai que dans les associations, ils se plaignent souvent que le personnel n'est pas assez formé. Après, moi, j'ai choisi ma maternité car elle avait bonne réputation pour l'allaitement. Après, j'ai quand même vu une amélioration entre les grossesses à la maternité. Ma sœur, elle a eu de très mauvais conseils et comme sa fille ne prenait pas assez de poids, ça embêtait le personnel qu'elle veuille à tout prix allaiter. Ils donnaient même en cachette des compléments au bébé. Oui, il faudrait vraiment qu'il y ait une vraie démarche vers l'allaitement. Moi je suis très fière d'être une mère allaitante et tout s'effondre en arrivant dans cette PMI… J'ai essayé de discuter, mais cette personne ne m'écoutait même pas et je pense que formation ou pas, pour elle, l'allaitement ce n'est pas bien. Je discutais avec des mamans et plusieurs s'en sont plaintes. Une m'a dit qu'elle lui mentait sur le nombre de tétées, l'autre l'avait écouté et

laissé pleuré son bébé pendant 2 heures car il ne fallait pas donner de tétée la nuit. Résultat : elle avait dû voir son médecin en catastrophe car son bébé préma perdait du poids. Le pire, je trouve, c'est de faire plus de mal que de bien.
Moi : Bien, passons au 2e thème : la santé.
Mme D. : Alors l'allaitement, c'est important pour la santé. Après, je fais également attention à choisir des bons légumes, pas que du bio mais j'évite le bas de gamme. Par contre, quand j'allaite moi, je me lâche complètement, je mange bien, même très bien, je mange tout ce qui me fait envie. Je me fais souvent un petit goûter avec du chocolat, du café décaféiné ou du thé déthéiné.
Moi : Tabac, Alcool ?
Mme D. : Ah non ! Justement, moi, je ne supporte pas de voir une maman enceinte en train de fumer. Je sais qu'il faut être tolérant mais je ne comprends pas, je me dis qu'on fait du mal à l'enfant. Je trouve ça profondément égoïste et c'est à l'opposé de ma démarche, moi, je veux donner que le meilleur.
Moi : Avez-vous dû prendre des traitements pendant tout ce temps ?
Mme D. : A part, la pilule microval, spécial allaitement, non, je ne crois pas. Je n'ai pas eu de soucis de santé. Après, pour l'allaitement, quand il y a des difficultés je m'accroche. C'est vrai qu'au tout début, l'allaitement c'est très difficile. Je crois qu'il faut avoir un peu de courage et de volonté. Heureusement j'avais mon mari qui m'aidait, enfin surtout pour le 1er… Après, moi, je me donne complètement à l'enfant, alors c'est un peu dur pour le mari, il ne trouve pas toujours sa place. Je lui ai dit que c'est une question de patience mais au moment du pic de croissance, mon fils était beaucoup au sein et là, mon mari ne le supportait plus. Après, c'est vrai qu'il revient le soir, c'est toujours le moment des pleurs. C'est là où mon fils a le plus besoin de moi mais dans la journée j'arrive à faire plein de choses. Mon mari, ça le chiffonne un peu que je sois plus maman qu'épouse et puis ça revient dès que les tétées sont moins nombreuses… Ça a été dur avec ma 2e car elle tétait beaucoup et se réveillait la nuit jusqu'à ses 26 mois. On a même consulté un pédopsychiatre pour lui faire comprendre que papa et maman avaient besoin de dormir, qu'on n'était pas à disposition et ça a très bien marché. Au bout d'une semaine, elle faisait ses nuits. C'est aussi pour ça que je ne veux pas de nouveau instaurer cette relation avec mon bébé. On apprend avec les erreurs.

Moi : Un petit mot sur les vaccinations ?

Mme D. : Alors contrairement à certaines de mes amies, moi je n'ai pas d'a priori par rapport à ça. Moi, je me dis qu'on a fait beaucoup d'avancées de ce côté-là et je ne voudrais pas revenir au Moyen-âge avec des maladies qui avaient disparu et que l'on voit revenir. Non, les vaccins c'est important. J'ai même fait celui de la grippe H1N1, bon c'est vrai qu'après j'ai un peu regretté car il n'était peut-être pas indispensable celui-là. Ne pas faire vacciner ses enfants, ce n'est peut-être pas suicidaire mais ce n'est pas raisonnable en tout cas. Moi, j'ai été vacciné et je suis en pleine santé. Je ne vois pas d'inconvénients, bien au contraire.

Moi : OK, autre point c'est le recours aux soins, aux médecins…

Mme D. : Pour les enfants, au début, c'était pédiatre mais il est parti en retraite et puis ça faisait un peu de route donc ce n'était pas simple. Je trouve que le médecin traitant fait bien son travail enfin surtout le nouveau. Oui, on en a changé pour les enfants car avec l'ancien, c'était toujours très expéditif. Moi, c'est vrai que je n'ai pas eu besoin depuis longtemps mais mon mari, lui, il a eu un gros souci de santé car il a fait une pneumonie. Il est resté agonisant tout le week-end car elle ne répondait pas à son téléphone. Elle lui a dit après qu'il l'avait échappé belle car c'était limite de l'hospitaliser. Après ça, on a préféré changer car quand on a des enfants en bas-âge, c'est mieux que le médecin soit disponible. Après, je sais que l'on peut aller aux urgences ou à la maison de santé de garde mais ça, on évite. On y est allé un dimanche pour la grande vers 20 mois, elle vomissait toutes les nuits et on était éreinté avec la petite que j'allaitais, une inflammation du sein, les rhumes qu'elle nous ramenait de la garderie. Bon après, on se disait que ça pouvait être dû à la naissance du bébé

aussi. Là bas, on nous a dit que c'était peut-être un RGO et notre médecin a dit « ah oui c'est vrai qu'elle en faisait quand elle était petite ». Mais ça, elle ne me l'avait jamais dit, moi, c'était ma première, je pensais que c'était juste des régurgitations. En plus, c'était dur car on n'est pas aidé dans ces moments-là. Je devais m'accrocher pour donner le sein car les gens, ils disent toujours « mais pourquoi tu continues, mais arrête, t'es trop fatigué, tu vas craquer, tu ne vas pas y arriver... ». C'est peut-être pour ça, par vengeance, que je l'ai allaité pendant 3 ans. [Rires]

Moi : Je me disais que vous aviez quand même dû consulter pour la pilule... Vous parliez allaitement alors ?

Mme D. : Oui, je me souviens même que, quand je demandais l'autorisation de rester dans la salle d'attente pour allaiter, il me disait : très bien, faites de la pub pour l'allaitement maternel ! C'est vrai qu'on ne voit pas beaucoup de maman allaiter comme ça, mais moi, je n'ai jamais eu de problème avec ça. Après, j'ai remarqué que ça peut gêner la personne en face. C'est vrai que pour l'anniversaire de l'aînée, j'étais en grand décolleté, bébé au sein. Et les parents des petits copains, bah, ils ne savaient pas trop où regarder. Pourtant je me dis qu'on voit des gens bien plus dénudé à la télévision mais moi c'est peut-être que je suis en chair et en os. Bon, dans ces cas là, je vais chercher une écharpe pour cacher. Mais je pense que c'est parce que ce n'est pas assez répandu que les gens sont gênés. Moi, je me suis vue le faire dans le parc, à la sortie de la gym et là, les mamans, elles riaient bêtement en me voyant donner le sein debout sur le parking. En toutes circonstances, s'il y a besoin moi, je fais. Bon alors, c'est peut-être une mauvaise publicité que je fais, car il y en a toujours pour penser que ce n'est pas bien de s'exhiber comme ça... Après ça dépend des gens mais c'est vrai que plus il est petit moins les gens sont gênés, là ils trouvent cela naturel ; après 7-8 mois comme le mien, ça commence à être bizarre. Je me souviens de mon voisin qui m'avait interpellé, il me demandait « mais pourquoi tu continues, c'est quoi ce besoin ? » J'avais une amie qui n'a pas réussi ses allaitements et qui riait de moi car j'allaitais longtemps mes enfants. Moi, je lui ai dit que j'avais dû être papou dans une autre vie et elle m'a répondu « oui mais nous, nous sommes dans un monde civilisé, ton enfant il a tout ce qu'il faut en alimentation... » Je trouve quand même qu'il y a plus de tolérance devant une maman qui donne le biberon que pour une maman qui allaite longtemps. Par contre, j'ai lu un article qui disait que dans les pays nordique, c'est l'inverse. Donner le biberon c'est mal vu pour les petits et je ne suis pas d'accord avec ça non plus. On doit laisser le choix, on ne doit pas pointer du doigt les mamans qui donnent le biberon ou qui allaitent. Elle se moquait de moi quand j'expliquais que c'était aussi un moment de tendresse. Mais peu importe les regards, les moqueries, moi, je continue.

---

39 ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain
3 enfants : l'ainée 6 ans a été allaitée près de 16 mois, la 2^{e} de 4 ans pendant 3 ans et l'allaitement du dernier de 8 mois se poursuit.
Hôtesse de l'air, en congés parental

Entretien n°5 : Mme E.

Contexte : J'ai rencontré cette maman lors d'un remplacement en médecine générale. En remplissant le certificat des 2 ans de sa fille, j'ai alors appris qu'elle élevait seule sa fille qui était toujours allaitée et n'avait reçu aucune vaccination. Cette maman très réservée me reçoit chez elle en septembre 2013 pour un entretien de 30 min, sa fille est sur ses genoux, attentive, sage comme une image.

Mme E. : Moi, en fait j'ai été allaité par ma mère pendant 1 an. Donc j'avais déjà cette idée en tête que c'était bien. A la base, je croyais que c'était normal jusqu'à 1 an et je ne savais pas qu'après ça se prolongeait, qu'il y en avait qui tétait jusqu'à 5 ans j'ai vu sur internet... Je ne savais pas du tout, du coup j'étais partie pour allaiter ma fille jusqu'à 1 an, et après c'est elle qui a continué en fait... J'avais arrêté à peu près en même temps la tétée du midi et du goûter et ça s'est bien passé. Après, il y a eu celle du soir qu'on a arrêté. Et celle du matin, c'est moi qui ai arrêté. En fait, j'étais encore très fatiguée, un peu carencée. J'ai pris des compléments alimentaires en fait, mais j'étais encore fatiguée. Alors j'ai décidé d'arrêter en juillet.
Moi : Ah oui, alors c'est tout neuf ! Et c'était à partir de quel âge que vous avez commencé à diminuer ?
Mme E. : Euh assez tard, je ne me rappelle plus... et après, c'est resté longtemps la tétée du matin.
Moi : Ah d'accord, et la diversification vous aviez commencé à quel moment ?...6 mois ?
Mme E. : … Euh non un peu avant, vers 4 mois. Elle avait envie de manger, elle commençait à attraper dans les assiettes...
Moi : Et si c'était à refaire ?
Mme E. : Je ferai pareil je pense... après cumuler travail et allaitement, je ne sais pas trop. Là, je sais que je n'aurais pas pu le faire en travaillant.
Moi : Physiquement ?
Mme E. : Physiquement et même gérer le planning. J'aurais dû faire des heures sup pour rattraper et ça, je n'aurais pas pu... Ça aurait été beaucoup plus difficile... Après, j'avais un travail où il n'y avait que des personnes autour de la cinquantaine, alors pour allaiter eux c'était le biberon alors ils n'auraient pas compris.
Moi : Ça vous ait déjà arrivé que quelqu'un vous dise quelque chose parce que vous allaitiez ?
Mme E. : … Non, en fait je ne le disais pas de trop. Ou les personnes à qui je l'ai dis m'ont dit que c'était bien. Ce n'était que des gens que je connaissais bien...
Moi : la famille, votre médecin ?
Mme E. : Oui... je n'en parlais pas beaucoup. Je me suis rendue compte que ça ne servait à rien d'essayer de dire aux autres ce qui est bien à faire pour eux...
Moi : Oui, donc c'est resté entre vous 2.
Mme E. : Oui, c'est naturel comme ça... J'ai ma tante, qui est assez vieille, qui m'a dit qu'à l'époque on disait « le biberon, c'est meilleur » et d'office ils donnaient le biberon. Il n'y avait pas de question à se poser car c'était meilleur que le lait, bon après, elle a 70 ans.
Moi : On dirait une pub !
Mme E. : … [Sourire]
Moi : et justement par rapport à ça, vous trouvez qu'on parle un peu de l'allaitement dans les médias ?
Mme E. : Ah oui, d'ailleurs c'est recommandé jusqu'à 6 mois par l'OMS et même un peu plus je crois. C'est mieux pour l'enfant... Quand j'étais enceinte, j'ai lu des choses là-dessus...
Moi : Vous aviez dû alors voir des pubs pour le biberon ?
Mme E. : Oui c'est vrai, il y en a beaucoup. Mais j'avais déjà mon idée fixée là-dessus... Après, à l'hôpital de Saint-Nazaire, où j'ai accouché, ils ont un label je crois, ils favorisent vachement l'allaitement. Après la césarienne, ils me l'ont mise sur moi. En fait, elle était dans les bras de ma mère et elle essayait de téter.
Moi : La césarienne c'était prévu ?

Mme E. : Oui parce qu'elle était à l'envers... en siège. Ils m'ont aidé mais par contre une fois, en la mettant au sein, ils lui ont plaqué la tête et après elle tournait la tête dans tous les sens et j'avais du mal à l'allaiter. Après ça, elle ne trouvait plus le sein alors que naturellement elle le trouvait avant. C'est en regardant sur internet après, que j'ai vu que ça pouvait les bloquer. Ça a duré un petit moment quand on est rentré à la maison.
Moi : Du coup votre maman était bien présente, elle vous soutenait ?
Mme E. : Oui, en fait c'est juste moi qu'elle a allaitée autant. J'ai 2 frères jumeaux avant moi et elle était obligée d'alterner biberons et tétées car ça faisait beaucoup. Et après pour ma sœur comme elle trouvait ça dur d'allaiter tout le temps, elle lui a donné un biberon le soir...
Moi : D'accord. Et vous, est-ce que vous allaitiez au parc, ou en public ?
Mme E. : En public, je n'aime pas ça, je suis gênée et donc ça la gênait elle-aussi pour téter. Donc c'était au calme à la maison. Même si c'était des amis, j'allais dans une autre pièce... Je n'étais pas à l'aise sinon.
Moi : Et aujourd'hui dans la société, comment est-ce que l'allaitement est perçu ?
Mme E. : Je pense que c'est bien vu, en tout cas bien plus qu'avant. Ça a fait son chemin depuis ma tante... j'ai une amie qui allaite et pour elle aussi, c'était naturel comme ça. En plus, pour la santé c'est meilleur car j'ai lu qu'on leur donnait de l'immunité en donnant nos anticorps à l'enfant. C'est important aussi. Je pense qu'elle était moins malade par rapport à d'autres enfants. Mon neveu qui a été un tout petit peu allaité, lui, est beaucoup plus malade.
Moi : Et pour vous, c'était bénéfique aussi ?
Mme E. : Oui je pense... On donne une part de nous à l'enfant.
Moi : Alors quand on s'est rencontré, on avait dû parler vaccination je crois...
Mme E. : Alors oui, elle est rentrée à la crèche en septembre alors j'ai dû la faire vacciner juste avant. Elle a eu son premier vaccin il y a quelques semaines parce qu'il était obligatoire.
Moi : Et les autres, vous pensez les faire ?
Mme E. : Dans le DTPolio, il y en a déjà 5. À la pharmacie, on m'a dit qu'il n'y avait pas le choix car il n'existe pas tout seul. Du coup, je me suis retrouvée avec DTPolio, coqueluche et...
Moi : Haemophilus...
Mme E. : Donc en fait, il y en a 5 d'obligatoire... Il y a encore 1 injection dans 1 ou 2 mois et encore une autre dans 6 mois et une 4e avant l'entrée à l'école je crois... Les autres, ils ne sont pas obligatoires donc je ne suis pas obligée ni pour la crèche ni pour l'école.
Moi : Ça aussi, ça fait longtemps que vous pensiez à ne pas faire les vaccins ?
Mme E. : Oui, en fait c'est que j'ai été malade avec les vaccins. Il avait fallu me faire des vaccins allégés, enfin... moins dosés. Alors pour ma fille, j'attendais qu'elle soit plus grande...
Moi : Ok, et alors cette rentrée à la crèche ?
Mme E. : Ça s'est bien passé, elle n'a pas pleuré. Au départ, elle ne me lâchait pas, puis la dame l'a prise dans les bras pour aller lire un livre et j'ai pu partir. Elle ne va pas encore beaucoup vers les autres mais ça commence.
Moi : Elle commence à discuter avec les autres enfants ?
Mme E. : Non, elle ne parle pas encore aux autres. Elle me parle à moi, à ma mère mais c'est tout...
Moi : Au niveau médicaments, est-ce que vous avez dû prendre quelque chose pendant cette période d'allaitement ?
Mme E. : … j'ai pris les compléments alimentaires. J'ai juste eu des petits rhumes, c'est tout... On voyait le médecin pour le suivi de ma fille, elle disait que c'était bien l'allaitement. Elle insistait pour qu'elle ait assez de lait par l'allaitement et les yaourts... J'ai dû voir un dentiste une fois, il m'avait prescrit quelque chose, mais à la pharmacie, il ne savait pas si je pouvais le prendre en même temps que l'allaitement alors je ne l'ai pas pris.
Moi : Vous n'aviez pas dit au dentiste que vous allaitiez ?
Mme E. : Non, je ne crois pas. A la pharmacie, ils le savaient à cause des compléments. Mais bon, ce n'était pas quelque chose de grave.
Moi : … tabac, alcool ?
Mme E. : Bah, je ne bois pas et je ne fume pas...

Moi : oui, donc la grossesse et l'allaitement ne vous ont pas posé de soucis pour ça ! Au niveau contraception ?
Mme E. : Pour le moment je n'en ai pas besoin et pour après j'ai une prescription pour un stérilet.
Moi : Et bien, très bien, pour finir, aimeriez-vous faire passer un message ?
Mme E. : … Bah il faudrait essayer déjà l'allaitement pour voir si ça se passe bien. J'ai vu que les mamans africaines allaitaient jusqu'à 4-5ans et on trouve ça normal par rapport à chez nous, où ce n'est toujours pas normal d'allaiter autant.

---

27 ans, mère célibataire sans contact avec le père de l'enfant.
1 fille sevrée depuis peu à 2 ans ½.
BTS modéliste, 3 ans d'expérience mais n'a pas trouvé de poste dans la région.

Entretien n°6 : Mme F.

Contexte : Au cours de l'été 2013, lors d'un remplacement en médecine générale, j'ai rencontré cette maman qui consultait pour son dernier enfant. Elle se souvenait m'avoir rencontrée quelques années plus tôt alors que j'étais interne et m'a demandé le sujet de ma thèse. Nous en sommes donc venus à parler allaitement prolongé et elle a accepté avec enthousiasme de me recevoir chez elle en septembre pour un entretien d'1h10. Son mari en congé maladie se trouve quelques pièces plus loin.

Moi : Avant de venir vous voir, je suis passée au cabinet. Comme j'ai vu votre médecin traitant, je me suis permis de lui dire que je venais vous voir. Et là, il m'a regardé et il m'a affirmé que vous n'allaitiez pas, ou en tout cas, pas aussi longtemps que ça.
Mme F. : Ça ne m'étonne pas. [rires] Je suis sûre qu'il est très surpris. Bon, c'est vrai que 13 mois, on ne peut pas dire que je ne l'ai pas allaité, mais je ne suis pas surprise car on n'en a jamais trop parlé. On est d'ailleurs, je crois, que l'on est bien plus nombreuses que ce qu'on pense. C'est vrai que lorsque l'on parle allaitement on trouve de tout. Ceux qui sont très favorables, j'ai une amie qui a fait bien plus que moi jusqu'à 18 mois son 4e. Et puis, on a ceux qui disent les premiers mois : « tu allaites, c'est bien » ; à 6 mois : « mais tu allaites encore ! » Et à 12 mois qui te balancent : « non mais tu vas l'avoir comme ça jusqu'à 18 ans ! ». Je résume, mais on réagit différemment aux regards des autres, du coup on en parle plus ou moins, on le fait plus ou moins devant les autres. Alors tout le monde n'est pas au courant et puis l'entourage joue pas mal. C'est sûr, l'entourage fait beaucoup, j'ai eu 3 garçons et je n'en ai allaité que 2.
Moi : Pour votre aîné, ça n'a pas pu se faire ?
Mme F. : Après l'accouchement, en fait, j'étais très très douloureuse. Je méconnaissais complètement l'allaitement, la grossesse. Pas de péridurale, des points, des infiltrations car la douleur était très intense. Je suis sortie au bout de 2 semaines de la clinique et je devais encore y retourner pour des infiltrations. Du coup, j'ai carrément écarté la piste de l'allaitement laissant mon mari tout gérer : les bains, les biberons... L'allaitement dans tout ça, ça ne m'est pas venu à l'idée avec ma mère, ma belle-mère, qui n'avaient jamais allaité. Je pense que dans un autre cadre, ça m'aurait tenté, je m'étais dit pourquoi pas, et puis il y a eu l'accouchement et là pas du tout... trop mal ! J'étais pas du tout prête à me donner alors que j'étais dans la douleur et du coup ça a été quelque chose de frustrant après.
Moi : Du coup l'envie d'allaitement c'est venu après ?
Mme F. : oui, alors déjà, quand on m'a dit que je pourrais avoir d'autres enfants, j'ai été très contente et c'est vrai que pour le 2e j'y pensais vraiment. J'avais commencé à regarder, à lire, à demander à des copines... mais en fait, elles étaient très rares, c'était plus par l'intermédiaire de mamans de l'école. Et puis le 2e est né en césarienne en urgence et transféré en réa aussitôt. Là, à la clinique, ils m'ont demandé si je voulais allaiter. Sachant que mon bébé était au CHU, moi, je voyais pas comment faire, alors on m'a dit « bah voilà, ça : c'est le tire-lait ! ». En réa, on nous a bien expliqué que de toute façon, il aurait du lait maternel et que si ce n'était pas le mien, ça serait celui d'une autre maman. Alors déjà que je ne pouvais déjà rien faire pour lui, je voulais au moins faire ça. Les sages-femmes et les puéricultrices ont bien joué le jeu avec moi, car entre la césarienne et l'absence du bébé, ce n'était pas facile mais j'ai bien eu les montées de lait et tout ça. Et puis après, c'est avec la PMI qu'on a continué à la maison. La puéricultrice m'a énormément aidé avec un bébé qui ne savait pas téter qui refusait d'être allaité après avoir été intubé. Elles me rassuraient disant que c'était souvent comme ça, qu'il fallait qu'on fasse connaissance. Là, le peau-à-peau ça a été magique. Même s'il était appareillé, c'est comme s'il m'était revenu... et puis le petit dernier est né également en césarienne en urgence, transféré en réa, et là pour l'allaitement, je ne me suis pas posée la question.
Moi : Ils n'avaient pas préféré que vous accouchiez au CHU après tout ça ?
Mme F. : Bah en fait, à la clinique, ma gynéco avait programmé la césarienne. J'ai demandé s'il n'y avait pas de risque que ça se reproduise, on m'a dit que c'était juste de la malchance... et évidemment pas de bol, césarienne en urgence, et quand j'ai demandé à être transférée au CHU, ils n'avaient plus de place. Donc de nouveau séparation, mais pareil, très bien accompagnée en réa pour

l'allaitement. Je suis toujours très épatée du professionnalisme des filles, elles sont mamans aussi et elles savent amener les choses. Elles sont rassurantes, elles savent nous dire qu'il ne faut pas culpabiliser que si besoin, il y a le lactarium... On se retrouve là avec toutes ces mamans qui ont des parcours différents à se dire « bah, ça sera au moins un atout pour le bébé... ». Ce qui aide aussi, c'est la PMI quand elle passe. Ça s'est fait et je suis très contente de l'avoir fait. Et s'il y avait eu un 4e, je l'aurais refait sans me poser aucune question. Je pense même que ça aurait été avec de plus en plus d'aise. Maintenant, c'est d'autres mamans qui m'appellent en me disant : « on n'en peut plus, on est fatiguée, il pleure et il faut le mettre au sein toutes les 2 heures ». Et oui, c'est ça aussi l'allaitement. On n'a pas toujours la chance qu'il fasse ses nuits rapidement... Et puis, il y a les engorgements. La première fois on ne sait pas, on laisse venir... et puis, quand on ne peut même plus baisser les bras, on appelle à l'aide... la première fois, j'étais à la clinique, et quand je leur ai demandé, on m'a dit que j'aurais dû appeler, mais moi, je ne savais pas. C'est vrai que ça peut être le reproche dans les maternités, c'est un manque de temps, un manque de prévention mais l'engorgement, on se le tape toutes, et qu'est-ce que ça fait mal ! Il y a même une des puéricultrices qui m'a même dit : « bah mettez-le au sein... ». Et puis ça, c'est le côté négatif, quand on n'a pas le bébé à côté, avec l'appareil, ça fait un peu vache-à-lait. Et puis, on sait bien vous le dire, les copains, la famille : « ah t'as ta trayeuse... », ça me passait vraiment au-dessus tout ça.
Moi : Mais, vous les avez récupérés à quel âge vos bébés ?
Mme F. : Le 2e au bout de 15j, et le 3e, on l'a récupéré après 1 mois ½. Oui, pendant tout ce temps-là, je me levais la nuit pour tirer mon lait, comme si c'était l'heure. J'avais un truc à lui et lui avait quelque chose à moi... Ça a très bien marché, après j'ai tout fait pour que ça marche. Ce n'était pas une contrainte. Et même au niveau de la famille, les enfants l'ont très bien vécu aussi. [Rires] Une fois, l'aîné avait répondu au téléphone à la banquière : « bah, maman, elle est en train de traire son lait ! ». Après, il y en a d'autres qui l'ont vécu et au lactarium, elles sont vraiment là pour nous aider, très compétentes, elles donnent pleins de conseils. Et puis, quand la motivation est là, il n'y a pas de raisons... je me souviens d'un médecin en réa qui me donnait des conseils pour mon alimentation pour que le bébé n'ait pas trop de coliques. Il s'occupait autant de moi que du bébé, plein d'empathie pour moi, il me disait : « ce n'est pas grave, s'il n'y a que ça dans le biberon, il aura déjà ça, on va attendre. ». Après, la difficulté pour notre 3e, c'était qu'il avait perdu le réflexe de succion après avoir longtemps été intubé. Au début, il avait un rejet de tout ce qu'on apportait à la bouche. Mais après quelques jours, avec la kiné, il a bien pris le sein. En fait, c'était la condition pour rentrer à la maison. Il fallait être sûr que l'allaitement soit possible car entre la sonde naso-gastrique et le sein, ce n'est pas la même technique. Et puis, ils vérifiaient que le lien se fasse entre nous, car en fait, on les porte peu, ils sont branchés de partout et c'est eux qui nous les donnent. Ils nous disent qu'il ne faut pas se focaliser sur les machines mais ça bippe tout le temps. C'est là que le peau-à-peau aide le bébé mais aussi les parents, car moralement c'est dur. Depuis, je le garde en écharpe... c'est des moments très importants... Dès qu'il est passé en soins intensifs, ils m'ont demandé de rester la nuit avec lui. Ça a été un vrai échec, il trémulait car il faisait un sevrage sur morphine, c'était très impressionnant. Alors on a dit qu'on attendait un peu et on a fait la mise au sein avec l'équipe et on y est allé progressivement. Il fallait que bébé se sente en confiance, que moi je sois à l'aise et pas trop stressée de lui faire peur. Après la mise au sein, c'était dès que possible, au début pas longtemps car très essoufflé et puis tous les jours un peu plus. On nous disait « dès que vous sentez qu'il a envie, il ne faut pas se poser de questions ». Toutes les 2h, toutes les 10 min... Vous faites comme ça vous convient, on ne vous dira rien. En se sentant libre avec son bébé, ça se fait tout seul. C'est vrai qu'en soins intensifs, on est déjà beaucoup plus libre par rapport en réa où elles sont toujours avec nous. Là, on commence à faire la toilette, on a vraiment le rôle de maman et c'est ça qui fait le plus peur en fait.
Moi : enfin c'est quand même des conditions extrêmes pour faire connaissance !
Mme F. : [rires] Oui j'avoue... Mais pas de problème pour la mise au sein. On découvre après les positions qui sont favorables pour allaiter, moi, c'était ventre contre ventre ou alors allongée lors de la sieste, les autres je n'adhérais pas, car je n'étais pas à l'aise. Après, à part l'engorgement pour mon 2e mais on apprend et après on fait attention. Après, c'est aussi l'habillement qui compte... Ça paraît

bête, mais je ne me voyais pas m'exposer surtout au premier bébé. Par exemple avec mes beaux-parents, et pourtant je m'entends très bien avec eux, j'avais mon intimité. Je ne suis pas quelqu'un de grandement pudique mais là, je ne me sentais vraiment pas à l'aise et je sentais que s'ils venaient dans la chambre je devrais leur dire de sortir. C'est pas très cool quand les gens viennent voir le bébé. Et en observant ce qui se faisait autour, je me suis rendu compte qu'en soulevant par le bas, c'était très discret et que personne ne voit rien. Moi, je pensais au T-shirt d'allaitement où tu dégrafes tout, c'est pratique mais tu dégrafes vraiment tout. Pour le 2e, quand la famille venait, je partais en disant je reviens dans 20 min voire ½ heure... et après, je me suis dit que ce n'était pas correct. Alors j'ai adopté les T-shirts un peu lâche et de là, j'ai pu allaiter partout. En plus, c'est des bébés d'hiver donc il y avait toujours en plus la couverture. Bon, je voyais bien que parfois, il y a des gens que ça gênaient. Des regards qui insistent, les regards qui fuient... Moi, j'étais plus à l'aise, j'ai appris à le faire et discrètement même dehors, aux réunions de l'école, j'étais derrière et même mon mari ne s'en rendait pas compte. [Rires] Je l'ai fait aussi une fois avec l'écharpe et rien ne s'est vu. C'est l'avantage avec l'allaitement, il n'y a rien à préparer, c'est génial... Après, ça m'est arrivé de préparer des biberons en me disant, si jamais il m'arrive quelque chose, comme on n'est pas toujours très chanceux ! [rires] Voilà qui pourra lui donner s'il m'arrive quelque chose, et puis ça le préparait à la crèche et comme ça les grands frères avaient aussi leurs petits moments avec lui. Bon, par contre, pas de tétine. Les 2 que j'ai allaités, n'en ont pas voulu alors qu'il la propose en soins intensifs. Oui en fait, c'est presque systématique si les bébés pleurent, pour ne pas qu'ils s'essoufflent. Alors j'ai insisté un peu, alors que je me voyais déjà me lever la nuit pour lui remettre, et puis non finalement...
Moi : Il y a beaucoup de mamans qui allaitaient ?
Mme F. : Je dirais plutôt qu'il y a beaucoup de mamans qui n'allaitent pas. C'est vrai qu'on les repère au tour de poitrine. [rires] C'est un choix que je respecte aussi, ça peut paraître un peu bestial sans le bébé. Il y a un cap à passer mais on est surpris par nos ressources intérieures. On a eu la chance d'être bien entourés, enfin surtout en réa. En maternité, pour l'aîné, je n'ai pas le souvenir qu'elles soient venues vers moi pour ça. Je comprends aussi que mon état les préoccupait et après j'étais tellement contractée que je n'aurais pas réussi. Pour les suivants, j'ai pas eu d'échanges avec eux, je pense que c'est parce que je n'avais pas le bébé avec moi. Alors on m'a ramené tout ce qu'il faut pour le tire-lait et on venait chercher le lait mais c'est tout. On m'a dit d'appeler si j'avais besoin d'aide, mais c'était purement technique.
Moi : et malgré cela, un allaitement qui s'est prolongé ?
Mme F. : Ah oui ! Pour le 2e, j'ai fait 6 mois. J'ai arrêté, car on m'a dit que s'il ne faisait pas ses nuits c'est parce que je l'allaitais encore et qu'il fallait le laisser voler de ses propres ailes. J'ai écouté ce qu'on m'a dit, on a diminué alors que je reprenais mon activité à temps plein. C'était une période de transition pour tout le monde et ça s'est fait tout naturellement. Mais quand j'ai arrêté, je me disais que j'aurais bien continué un peu quand même. Pour le 3e, j'étais très tenace, oui, très coriace. J'ai repris mon activité quand il avait 9 mois et j'allais tous les midis au lactarium. Mes collègues médecins me regardaient partir avec mon sandwich en me disant à tout à l'heure. Mais c'était la vraie pause, je lâchais le boulot des urgences. Je me disais, je vais au lactarium rien que pour moi, enfin surtout pour le bébé. Et puis je faisais le transfert avec la crèche. Je n'ai eu aucun problème avec la crèche, ils ont tout de suite accepté. Ils étaient même épaté de la réserve que j'avais. Il faut dire que j'avais pris le pli et tout ce que j'avais en surplus, je le congelais.
Moi : Vous avez repris à plein temps ?
Mme F. : Non, j'ai complètement réduit, je suis passée à 50 %. Psychologiquement, j'avais vraiment besoin de ne pas reprendre à plein temps. Je sentais que c'était nécessaire avec tout ce que l'on avait vécu, même si ça se finit bien. Il y a eu des moments difficiles, des moments de doutes et j'avais besoin de me reconstruire. Dans nos métiers, on pense toujours aux autres et là, je pense un petit peu à moi, à ma famille. Je relâche et finalement je m'en trouve bien. Ça m'a permis de continuer l'allaitement, de me reposer, et ça, c'est nécessaire pour l'allaitement, surtout avec les 2 grands qui sont là derrière. Si c'est pour avoir une maman fatiguée, grognon, dépressive, c'est nul... Moi, je suis en pleine forme, j'ai encore envie de faire des activités après l'école. À mi-temps, je peux me permettre de faire des siestes sans culpabiliser et d'être fraîche pour tout le monde. Voilà, j'ai

continué comme ça et j'ai redonné le tire-lait il y a peu de temps finalement.
Moi : OK, et il y a aussi une démarche santé dans tout ça ?
Mme F. : Oui c'est sûr, si on prescrit du lait maternel à un bébé c'est bien que ça compte ! On l'aide à se renforcer un peu plus. Un bébé élevé au biberon il sera très bien aussi, mais... Et c'est ce « mais » moi qui m'a décidé. Ça a quand même été des césariennes en urgence, réanimés tous les 2, séparés plusieurs jours, c'est pas simple quand même... Pour le dernier, j'ai eu des complications avec ma césarienne et je n'ai pu le voir qu'après 5 jours, donc avec l'allaitement je me disais que je gardais le lien. Ils ont quand même subi des choses difficiles, si je peux leur apporter un peu de tendresse, d'affectivité, un peu de lien pour les aider à grandir. C'est pas grand chose mais je le ferais ! On est maman et dans ces cas-là, c'est vrai qu'on devient surhumaine. J'aurais tout fait pour qu'ils puissent vivre, tout donner pour eux. Je ne me suis pas posée de questions. Faire la navette tous les jours [90km aller-retour] c'est rien et je le referai. Et je me disais « si j'en ai de trop, je le laisse au lactarium pour que d'autres bébés puissent avoir la chance d'en avoir ». On le fait toutes en tant que maman quand on est prête... Après 2 bébés en difficulté, je me disais ce n'est pas normal. On ne boit pas, on ne fume pas, on fait du sport, on fait gaffe à notre alimentation, on a un rythme de vie correct... On se dit pourquoi, pourquoi il trémule ? Pourquoi il a des problèmes respiratoires aussi importants ? Et c'est vrai que je revois ces mamans, quand on descend de la réa, qui sont enceintes et qui fument... Et un jour, on était désespéré, on venait de nous dire qu'il le mettait dans le coma car au niveau cardio, il n'était pas stable et que ça n'allait vraiment pas... J'ai vu une maman ronde qui était sous perf et qui a dit : « je me suis échappée car je n'en pouvais plus et qu'il fallait que je fume ma clope... ». Moi, je descendais prévenir papa pour lui dire qu'on risquait de le perdre et là, je n'ai pas pu m'en empêcher... Elle a pris tout mon désespoir sur elle... et elle a écrasé sa clope. Je suis vraiment pas comme ça d'habitude... Je souhaite vraiment que son bébé aille bien mais là ce n'était plus possible.
Moi : Et d'avoir prolongé l'allaitement de votre 3e, c'est par rapport à tout ça ?
Mme F. : C'est surtout un cheminement. L'histoire y fait, mais même s'il avait été en bonne santé, je l'aurai fait, et si j'avais pu continuer encore un peu, je l'aurai bien fait. Lui, voilà, aujourd'hui, c'est fait mais s'il avait réclamé, j'aurais continué.
Moi : comment s'est passé le sevrage de votre dernier ?
Mme F. : En fait, c'est surtout le regard des autres qui fait. C'est même le propre regard de ma maman. Elle n'a jamais allaité et ce n'est vraiment pas quelque chose de culturel de son côté. Ma mère, mes tantes, elles me disaient « ah oui, 3 mois c'est bien... ». Mais après on fait passer le message qu'il est temps d'arrêter. Moi, je n'avais pas trop envie, je gardais la tétée du matin et du soir avec les biberons à la crèche. Quand on était à la maison, je le faisais dès qu'il y avait besoin. Et puis avec l'alimentation diversifiée, il a commencé à réclamer d'autres choses avec des tétées qui devenaient de plus en plus courtes. J'ai compris que tranquillement, il passait à autre chose et un matin, ça s'est terminé. À 13 mois je n'ai pas insisté, je n'ai pas continué avec le tire-lait. Il faut que ça reste un choix à tous les 2. Donc l'allaitement, c'est fini.
Moi : oui, vous disiez « pas de 4e »...
Mme F. : Oui, on a trop peur pour les bébés, trop peur que ça soit héréditaire. C'est trop douloureux comme situation. Aujourd'hui, ils sont là tous les 3 et ça se passe bien, alors il faut être raisonnable. Ils vont bien, ils sont bien suivis et ils grandissent.
Moi : Et dans les différents médias, vous avez trouvé des choses sur l'allaitement ?
Mme F. : En fait, c'est plutôt des brochures. Je me souviens d'une brochure dans la salle d'attente de mon généraliste et puis avec « Allô Allaitement » qui m'en a passé plusieurs. La PMI m'a donné aussi beaucoup de conseils. Mais c'est vrai qu'il faut aller chercher les infos, après on les trouve mais faut faire la démarche. « Allô Allaitement » je ne connaissais pas et j'ai découvert qu'au 3e enfant. Les positions, comment ne pas se faire mal au dos, le temps de conservation du lait, quoi manger pour que le lait soit plus riche... Au CHU, on m'a donné des techniques et des conseils, et après c'est vrai qu'ils nous encourageaient à parler entre mamans. Il y a des lieux pour échanger en dehors des chambres de réa, on s'échangeait des informations sans trop le vouloir. Il y avait des liens par rapport aux bébés et par rapport à l'allaitement... Et puis, il y a « les maternelles », l'émission culte [Rires] où

ils renvoyaient sur des sites, ça c'est pas mal.
Moi : Oui, donc des choses plutôt positives.
Mme F. : Oui, enfin dans « les maternelles », il y a aussi les gens qui disent qu'on n'est que des vaches-à-lait. Ils parlent de l'irrespect par rapport aux gens, qu'on se dénude... voilà que ce n'est pas des choses à faire et surtout pas après 3 mois car ce n'est pas raisonnable, que ça ne leur apportait rien et que c'est scientifiquement prouvé. Après 3 mois, ce n'est que du confort personnel et pas médical... J'ai vu tout ça. Comme certains des amis qui disent du bien et du mauvais. C'est vrai qu'il y a des choses assez blessantes et il y en aura toujours pour en dire... Mais je me souviens surtout de ce que m'a dit une de mes tantes : « en allaitant, tu sauves ton fils ». En fait, quand ma grand-mère a eu mon père, elle avait 40 ans et elle est tombée malade. Comme elle n'arrivait pas à allaiter, c'est ma tante qui était plus plus jeune qui a pris le relais et elle l'a allaité jusqu'à 9 mois.
Moi : Et dans la société en général, qu'est-ce qu'on en dit ?
Mme F. : Ça reste quelque chose de bien vu. Comme dans tout, les gens reviennent aux bases comme dans l'alimentation, les ordures ménagères. On est dans la valorisation des produits, le recyclage, la protection de la nature, le bio, etc. On revient à nos repères pour être tout simplement mieux. Au regard de tout ça, l'allaitement c'est quelque chose de positif, mais il ne faut pas que ça dure trop longtemps ! Je me souviens de la couverture d'un magazine avec une maman qui allaite son garçon de 6 ans...
Moi : Oui, la couverture du « Times », moi aussi, elle m'a marquée... et pourtant, c'est un article pro-allaitement sur le maternage.
Mme F. : Ah c'est vrai ? C'est quand même dérangeant et pourtant je pense être assez ouverte sur l'allaitement... enfin ça je ne le ferai pas partout. [rires]
M. F. qui est venu la prévenir que leur fils s'est réveillé de sa sieste, ajoute avant de s'en aller : Oui, c'est comme Maud Fontenoy qui pose dans Paris Match le sein à l'air en train d'allaiter son enfant. Ils montraient ça tout à l'heure à la télé et tout le monde dans l'émission rigolait. C'est du voyeurisme ; ça ne fait pas de pub pour l'allaitement. C'est dommage parce que l'allaitement c'est une bonne chose.
Moi : D'un point de vue santé en général, avez-vous eu recours aux soins régulièrement ?
Mme F. : Oui, pour les enfants, on va souvent à l'hôpital de jour. En fait, ils sont suivis dans le cadre d'un protocole de recherche. Ils ont pas mal de problèmes au niveau respiratoire. Notre médecin a eu l'habitude de nous voir toutes les semaines pendant un temps et en fait le petit dernier est bien moins malade que les premiers. Mais avec l'aîné, on a fait beaucoup de kinésithérapie respiratoire, beaucoup d'hospitalisations pour le 2e car il décompensait très vite. Je fais très attention, après je m'alarme pas comme ça. J'observe, je regarde et puis, si besoin, on a le protocole et si on a des symptômes et bien on consulte comme avant-hier. [Rires] Ils sont aussi suivis par la pneumologue au CHU et par le réseau « grandir ensemble » avec le médecin de PMI.
Moi : Et ce protocole ?
Mme F. : En fait, les 2 naissances étaient tellement similaires : césarienne en urgence un mardi, même décompensation après la naissance, réanimation, samu, etc... Quand mon mari est arrivé en réa et qu'il a vu que c'était la même chambre, le même lit... Il leur a dit qu'il avait vraiment l'impression de revivre la même journée que 7 ans en arrière. Donc là, ils ont ressorti le dossier de notre 2e et comme ils n'arrivaient pas à le soigner, ils ont pris contact avec Paris. C'est comme ça qu'ils ont découvert qu'il leur manquait une protéine du surfactant. Alors, ils ont 3 cas connus dont 2 dans notre famille. Ils nous ont donc demandé d'inclure les 3 enfants dans le protocole en nous expliquant que c'était déjà pour nous aider, nous, à savoir qu'ils n'aient pas de séquelles en grandissant, pour savoir s'il n'y aurait pas la même problématique pour leur descendance. Alors nous aussi, on a fait les tests mais tout ça, c'est encore en cours mais si ça peut aider d'autres bébés, forcement qu'on va le faire... J'ai tellement eu peur qu'ils gardent des séquelles du manque d'oxygène, quand on vous dit : « on ne peut pas se prononcer pour le moment ». C'est vrai qu'au niveau santé, on est très vigilant, bien entouré. Mon médecin nous prend à n'importe quelle heure, il ne prend pas de risque, parfois il dit « là c'est pour le spécialiste... ». Je suis vraiment rassurée quand il les voit, il ne m'a jamais dit que j'exagérais... Là, il m'a dit de reprendre les corticoïdes, je savais bien

qu'il le fallait mais je ne vais pas les commencer toute seule même si je les ai à la maison.
Moi : pas d'automédication ?
Mme F. : non jamais, moi je ne suis pas docteur et je ne voudrais pas arriver au CHU pour surdosage ou traitement pas adapté.
Moi : OK, et les vaccins ?
Mme F. : C'est avec la PMI puisqu'ils sont dans le réseau « grandir-ensemble ». On fait tous les vaccins comme ils sont à la crèche. Bientôt se pose la question du vaccin de la méningite pour le dernier mais comme les 2 premiers l'ont eu, il n'y a pas de raison de ne pas lui faire. Là-dessus, je n'ai aucune inquiétude par rapport aux vaccins, je sais qu'ils sont prouvés, testés... La panique des médias, moi, ne me touche pas. Ils ont eu celui de la grippe A, car travaillant aux urgences j'avais peur de leur ramener. Donc je ne pose pas de questions là-dessus, je veux les protéger avant tout. C'est vrai que c'est pas toujours le discours qui va avec l'allaitement car on dit souvent le naturel avant tout mais j'espère que les mamans qui décident de ne pas les faire en pensant se protéger des effets secondaires restent marginales.
Moi : Avez-vous dû prendre des médicaments pendant la grossesse et l'allaitement ?
Mme F. : Oui, j'ai eu à chaque fois une pneumopathie qui, on pense, a dû déclencher l'accouchement avant terme. J'avais dû être arrêtée, car à force de tousser, j'avais des contractions au travail et mes collègues m'ont dit qu'ils ne voulaient plus de moi. Et puis un soir où je me sentais pas bien, j'ai dit à mon mari que je ne sentais pas bien le bébé et tout c'est rapidement déclenché après ça...
Moi : contraception ?
Mme F. : Implant ! Caché là dans le bras. Après le 1er, j'étais contre-indiquée pour le stérilet, la pilule j'en ai essayé plusieurs mais je suis du genre à oublier. Donc ma gynéco me l'a proposé et j'en suis très contente, je l'oublie complètement.
Moi : Et donc l'allaitement, vous n'en avez pas parlé à votre généraliste ?
Mme F. : Oui, en fait on n'a pas dû en parler ou peu, car à chaque fois qu'on se voit, c'est parce que mon fils était malade. Pour le 2e, je me souviens qu'on en a parlé car c'est avec lui qu'on avait parlé diversification. Pour le 3e, c'est vrai qu'on est pas mal suivi par le réseau « grandir ensemble » et qu'on l'a vu que pour les problèmes médicaux. Et puis moi, comme ça allait au niveau allaitement, je n'ai pas consulté non plus. En fait, involontairement, je l'ai écarté. J'en ai parlé avec la pédiatre et beaucoup avec la PMI. J'ai vu la gynéco pour l'implant et depuis je me suis un peu oubliée mais maintenant je vais pouvoir penser un peu à moi. Avec le mi-temps, je vais pouvoir gérer tout ça et profiter des enfants. De toute façon, on ne peut s'épanouir dans son travail que si on est bien chez soi.
Moi : Du coup c'est plutôt des regards bienveillants que vous avez rencontré ?
Mme F. : Dans le domaine médico-social, non, je n'ai jamais été heurtée par des réflexions. Non pas avec les professionnels, mais je n'ai peut-être pas dit que j'allaitais encore en fait. [Rires] À la crèche, ils ont été vraiment supers. Ils ont dû s'adapter car ils n'avaient pas l'habitude que ça dure au-delà de la diversification. Ils se sont mis en relation avec le lactarium pour prendre conseil sur la conservation.
Moi : Vous faites avancer les choses ?
Mme F. : En tout cas, ça m'a bien plu et je n'ai pas cédé.

---

36 ans, mariée, vivant en milieu semi-rural
3 enfant de 11ans, 7 ans et 18 mois ; 2 allaitements de 6 et 13 mois
Assistante sociale au CHU de Nantes

Entretien n° 7 : Mme G.

Contexte : C'est une amie qui m'a mise en contact avec Mme G. l'une de ses connaissances. Mme G. me reçoit en septembre 2013, sur son lieu de travail. Elle a réservé une salle pour me recevoir sachant qu'elle partage son bureau avec un collègue. Notre entretien durera 30 min.

Moi : Parlons si vous voulez bien de votre allaitement. Un allaitement qui s'est prolongé si j'ai bien compris ?
Mme G. : Bah oui, il a 1 an ½ [Rires] donc oui ça s'est prolongé. Je pensais arrêter à la rentrée et puis en fait j'ai toujours du lait, même s'il ne tète pas toujours. Ça dépend des jours, des fois il ne tête pas, des fois il tête une fois, deux fois. Par exemple, ce matin il n'a pas tété car je n'allais pas le réveiller à 7 heures pour ça ; papa lui aura donné le biberon. Hier, j'étais là quand il s'est levé, donc il a tété. Là, il risque de téter quand je vais rentrer ou pas ! C'est vraiment s'il réclame.
Moi : A partir de quand ça s'est mis en place ce rythme-là ?
Mme G. : Bah au tout début, pendant l'allaitement exclusif, c'était toutes les 2h de 8h à 21h. C'était à la demande mais c'était vraiment toutes les 2 heures. Et puis, il a mangé très tôt. A 3 mois sur les genoux de son père, il essayait d'attraper dans son assiette. Donc on a demandé au Docteur et il nous a dit : allez-y et on verra. Les compotes de fruits, c'est passé tout seul ; en plus, on était en plein été alors il y avait plein de fruits. La diversification ça s'est passé tout seul sans soucis. Et là, il a commencé à moins réclamer et à ce moment-là, c'était 3-4 tétées par jour.
Moi : Il commençait à se caler…
Mme G. : Et heureusement car avec la rentrée de septembre je n'aurais pas pu continuer le même rythme. Après, ça a diminué progressivement et vers 1 an, il n'a plus voulu de tétée du soir. Il en voulait plus, bah très bien ! Il ne voulait pas non plus de biberon, il voulait de l'eau. Et là, c'est plus un câlin qu'autre chose. J'ai encore du lait même si l'autre jour en me montrant mes seins, il m'a dit qu'ils sont cassés alors peut-être que ça ne lui suffit plus… mais tant qu'il y en a, j'ai envie de dire, on verra. Mon ami me pousse un petit peu à arrêter mais là, comme c'est un câlin, c'est vraiment quand il veut.
Moi : Votre ami, ça fait un moment qu'il vous demande d'arrêter ?
Mme G. : En fait, ce qui l'a gêné le plus, surtout avant la rentrée où ça s'est vraiment calmé, c'est que ça me fatiguait. L'année dernière, ça a été dur. Le boulot, les trajets, en plus on a déménagé, c'était vraiment très très dur. Je l'allaitais le matin systématiquement avant de partir, le soir aussi systématiquement en rentrant et je tirais mon lait le midi. J'ai passé 6 mois difficiles et c'est pour ça qu'il me poussait à arrêter mais depuis qu'il voit que c'est qu'une fois de temps en temps, il ne me casse plus les pieds avec ça. [Rires]
Moi : Et autour de vous, d'autres femmes ont allaité longtemps ?
Mme G. : Dans ma famille, pas du tout. Je suis même celle qui allaite le plus. Ma mère m'a allaité 3 semaines, mes grand-mères je crois qu'elles ont réussi 3 mois. Donc dans mon entourage familial non, mais dans mon entourage amical un peu plus, la copine de mon collègue jusqu'à 8 mois, notre amie en commun jusqu'à 1 an je crois.
Moi : Elles vous ont montré que ça existait.
Mme G. : Oui que c'était possible mais avec le travail ça fatigue. Après je ne peux pas dire que ça a été difficile car mes collègues étaient très compréhensif quand il a fallu que j'aille tirer mon lait. Les premières fois, c'est vrai que la pause était plus longue que la pause réglementaire mais bon je n'avais pas le choix. Le fait d'être avec mon collègue dans le bureau, j'ai pu tirer mon lait tranquillement, c'est quand même pratique. Si je n'avais pas eu ça, je ne sais pas si j'aurais pu le faire. Si à chaque fois j'avais dû aller à l'infirmerie... J'avais demandé et je savais que c'était possible mais récupérer la clé, c'est la galère, le temps de faire l'aller-retour. Ici, j'avais accès à un frigo à l'étage donc je pouvais le mettre directement là sans avoir à retraverser tous les bâtiments pour aller à l'infirmerie. Si je n'avais pas de l'aide, en tout cas de la bonne volonté, ça n'aurait pas eu lieu c'est clair.
Moi : C'était un projet que l'allaitement se prolonge un peu ?
Mme G. : Alors que ça se prolonge non, en fait je pensais être comme toutes les femmes de ma famille et n'avoir pas beaucoup de lait. Je me disais 3 mois ça serait beau ! Et puis 3 mois passés, ça

continuait donc pourquoi ne pas continuer.
Moi : En tout cas, une belle expérience ?
Mme G. : Bah oui sinon j'aurais arrêté. Après pour le second, je ne referai peut-être pas aussi longtemps, ça dépendra des conditions. Parce que quand on a eu notre premier enfant, on n'habitait vraiment pas loin et j'ai repris fin mai pour un mois avant les vacances scolaires. Et je faisais les allers-retours comme j'étais à 5 minutes à vélo. C'était très pratique et ça m'a permis de continuer relativement facilement après avoir repris pendant ce mois-là. Maintenant on habite à 50 km donc je ne sais pas si pour le second ça sera aussi simple. [Rires] J'aimerai bien mais on verra.
Moi : Pour vous l'allaitement c'était quelque chose de …
Mme G. : Naturel ! Je ne me suis pas vraiment posé de questions. Je me demandais comment faire en public, ou des choses comme ça. Je ne me suis pas demandé si j'allaite ou pas. A la naissance, on va voir si ça marche et puis voilà. Si ça n'avait pas marché, ça aurait été le biberon. [Rires] En fait, au début il n'a jamais eu de compléments, j'en avais au cas où mais j'ai toujours eu assez de lait. On faisait attention que ça soit son père qui lui donne les biberons de lait maternel mais il n'a jamais eu de mal à prendre les biberons. Nous avons un bébé gourmand, ça aide.
Moi : Vous parliez d'allaitement en public…
Mme G. : Bah oui au début je ne savais pas… j'avais peur de la réaction de certaines personnes et puis pfff, quand le bébé a faim, il a faim et ça passe avant le reste. Je pense que ça peut choquer des gens mais je n'ai jamais eu de remarque. Après évidemment, je n'allais pas me mettre au milieu de tout le monde… Bah c'est mieux aussi de se mettre au calme !
Moi : Et vous vous sentez un peu militante ?
Mme G. : Je crois que c'est un choix personnel. On ne peut pas pousser quelqu'un à le faire s'il n'en a pas envie. C'est vrai que j'ai une copine qui pour elle c'était hors de question d'allaiter. Voilà je trouve dommage de dire non sans avoir même essayer, mais elle ne voulait pas et de toute façon on a les biberons. Non, je ne me sens vraiment pas militante.
Moi : Et vous vous étiez renseigné sur l'allaitement ?
Mme G. : J'en ai parlé avec la femme de mon collègue et puis je suis allée au cours de préparation pendant la grossesse. Je ne sais pas si ça m'a appris beaucoup de chose, plutôt rassurée sur le fait que si ça ne marchait pas ce n'était pas grave. La clinique où je suis allée, c'est vrai que je les ai trouvé très pro-allaitement mais sans contrainte évidemment.
Moi : Est-ce que dans les médias vous avez noté des choses autour de l'allaitement ?
Mme G. : … Oui je me souviens d'un reportage, il a 6 mois-1 an qui prônait l'allaitement maternel… mais après c'est bien beau de le prôner mais au niveau du boulot, il n'y a pas toujours les conditions qui simplifient la vie des femmes qui veulent allaiter. Moi, j'ai eu de la chance je crois. Ce n'est pas le cas de tout le monde et en général être une femme dans le milieu professionnel c'est pas toujours facile.
Moi : Et dans la société, comment est vu l'allaitement pour vous ?
Mme G. : Je ne sais pas… Je ne suis pas certaine que ça soit bien vu… c'est plus un ressenti comme quoi on prône l'allaitement mais si ça dure longtemps, on trouve cela bizarre.
Moi : Il y a un âge où…
Mme G. : A 6 mois ! Moi depuis que mon bébé a 6 mois, ma mère me demande tout le temps quand est-ce que je vais arrêter. Là je lui ai dis que j'avais quasiment arrêté donc elle arrête de poser la question mais sinon c'était à chaque fois… Elle, j'ai l'impression qu'elle a été très mal conseillée il y a 35 ans [rires]. Elle a arrêté de m'allaiter à 3 semaines et ça correspond au premier pic de croissance. Elle pensait que je mourrais de faim donc elle m'a passé au biberon… Personne ne lui avait dit. Moi on m'avait prévenue, je savais que ça arriverait… Bon j'ai trouvé le moment pénible mais je savais que ça allait se finir. Et puis le papa était là alors ça a bien simplifié les choses.
Moi : Oui le soutien c'est essentiel…
Mme G. : Bah, c'est surtout que la motivation ça ne fait pas tout.
Moi : Des soucis avec la mise en place de l'allaitement ?
Mme G. : … Pas que je me souvienne. Les seins engorgés au début mais je crois que c'est classique… Enfin maintenant je sais comment les désengorger alors qu'à l'époque je ne le savais pas.

Moi : Et la santé, qu'est ce que vous faites pour ?
Mme G. : … La nourriture tout d'abord. Le plus équilibré possible avec des produits frais, de qualité, de préférence bio quand c'est possible… oui d'abord la nourriture, après… l'environnement, si on a déménagé au fin fond de la campagne c'est aussi pour ça.
Moi : L'allaitement ça rentrait dans cette démarche ?
Mme G. : Oui, je pense quelque part, même si ce n'était pas vraiment conscient au départ… J'ai été élevée comme ça, avoir les produits de meilleure qualité possible et je pense que ça joue sur la santé. Et puis ça serait dommage de lui faire manger que des frites ! [Rires] Non, il aime plein de chose et les légumes, il les mange en quantité. [rires]
Moi : Tabac ?
Mme G. : Je ne fume pas. Je n'ai pas bu d'alcool pendant la grossesse. Là je recommence tout juste à prendre un verre de temps en temps sachant que le soir il n'y a pas de tétée. C'est vrai qu'avant la grossesse, j'avais peur que ce soit un manque parce qu'un bon verre de vin ça arrivait mais non, je n'en ai pas eu envie.
Moi : D'accord. Pas de soucis de santé dans la famille ?
Mme G. : Moi, j'ai eu du diabète gestationnel. Enfin, ça non plus, ça n'a pas été contraignant, on a supprimé les féculents et résultat j'ai pris 10 kg que j'ai perdu au bout d'1 mois ½. Je rerentrais dans mes pantalons, ce n'était pas le cas des copines.
Moi : Et pour votre petit ?
Moi : On a vu le généraliste pour le suivi. Après, je ne sais pas si l'allaitement a joué mais il n'a été malade que 3 fois. 3 fois un pic de fièvre donc doliprane et c'est tout. On peut dire qu'on est verni mais après il n'est pas gardé en collectivité. C'est son père qui le garde, en fait il travaille à la maison. Au moins ça limite les expositions, alors ça arrivera plus tard… à l'école ou on va peut-être le mettre chez une assistante maternelle pour que papa ait un peu plus de temps.
Moi : Et justement pour prévenir les maladies, les vaccins…
Mme G. : Bah… la base. Je n'ai pas fais le ROR, ça sert à rien… enfin je n'ai pas envie de le survacciner.
Moi : Donc juste le DTP
Mme G. : Oui que l'obligatoire… Après je me fais fustiger par ma mère parce que je n'ai pas fais le ROR. Moi j'estime que le bénéfice-risque ne le requière pas actuellement sachant qu'actuellement il est gardé à la maison.
Moi : Et ça vous y repenserez quand il va rentrer en collectivité ?
Mme G. : Ça dépendra de son état de santé. Là il a été exposé avec des enfants malades et son immunité n'a pas l'air mauvaise. Après on verra.
Moi : Oui pour vous non plus il n'y a pas eu besoin de beaucoup consulter pendant l'allaitement ?
Mme G. : J'ai dû avoir un gros rhume et c'est tout. J'ai bien fais attention à ne prendre que du doliprane.
Moi : Et du coup vous en avez parlé de l'allaitement avec votre médecin ?
Mme G. : Oui, je lui ai dit que je l'allaitais toujours et pas de remarque particulière. Il a dû me dire si ça vous va, continuez.
Moi : Plutôt du soutien alors ?
Mme G. : Moi, je dirais plutôt de l'indifférence. On le voyait pour le suivi de bébé et tout allait très bien. Après quand on a vu un autre généraliste, c'est par rapport au ROR qu'il nous a traité comme des irresponsables. Là, la discussion n'était pas possible alors que je ne remets pas en cause les bénéfices de la vaccination… Après j'ai peut-être tort mais je préférerai qu'on en discute plutôt que d'avoir une leçon de morale… En tout cas autour de l'allaitement, je n'ai pas eu ce genre de tension… à part ma mère mais c'est plus qu'elle a peur que je me fatigue. La gynéco sinon c'était un peu comme mon médecin, elle c'est à la palpation mammaire qu'elle s'est rendu compte que j'avais du lait. J'ai dit c'est normal j'allaite encore et elle m'a dit bon bah d'accord.
Moi : La gynéco c'était peut-être pour la contraception ?
Mme G. : Bah c'était plus pour le suivi normal car j'ai un stérilet.

35 ans, pacsée, vivant en milieu rural
1 enfant de 18 mois toujours allaité
Bac +8, Enseignant-chercheur en école d'ingénieur à Nantes

Entretien n°8 : Mme H.

Contexte : En entendant parler de mon sujet de thèse, une secrétaire médicale m'a tout de suite parlé d'une amie allemande qui avait allaité ses enfants longtemps. Après un premier contact téléphonique, Mme H. me reçoit chez elle en septembre 2013 pour un entretien d'1h30.

Moi : Si vous le voulez bien commençons à parler de vos allaitements…
Mme H. : Et bien moi, j'ai l'avantage d'avoir une copine qui a eu son premier enfant 2 ans avant moi et qui a allaité. Moi la première, elle est née prématurément à 7 mois de grossesse, 32 semaines. J'ai eu la chance de l'avoir eue dans un hôpital en Allemagne où ils étaient tous juste formés au kangourou avec le bébé sur le ventre. C'était dans l'ex-Allemagne de l'Est, en fait c'était pour mon internat que j'y étais. Là-bas, ils n'avaient pas le choix, elles devaient allaiter car le lait en poudre était trop cher. Les sages-femmes, les infirmières étaient très allaitement même pour les prémas. Du coup, avec l'aide, j'ai pu allaiter ma première qui ne faisait qu'1.5kg. J'étais très volontaire pour ça mais j'ai eu aussi beaucoup d'aide… Il fallait que je tire mon lait pour les biberons et puis au bout d'une semaine, elle a commencé à téter avec beaucoup de difficultés. Et puis ça a très bien marché, elle a très bien pris du poids et on a pu partir après 4 semaines.
Moi : Il y avait des différences entre l'Allemagne de l'Est et l'Allemagne de l'Ouest?
Mme H. : Moi, je n'ai jamais vu trop de statistiques mais c'est surtout à court terme. A l'Est, il n'y avait que l'allaitement pour les petits et puis après c'était comme en France, les bébés étaient plus vite mis à la crèche pour que la maman retravaille. Mais quand le mur est tombé, les femmes de l'Est découvraient que l'on pouvait donner le biberon dès le début. C'était la liberté. Du coup, l'équipe médicale était contente que moi j'allaite un préma et que je veuille continuer après. Maintenant, l'allaitement c'est plus long et il y en a beaucoup qui réussissent à continuer d'allaiter en travaillant. Il y a des heures aménagées pour ça, elles peuvent tirer le lait au travail et continuer comme ça, moi j'ai ma sœur, des copines qui ont fait ça.
Moi : Et vous j'imagine que ça ne devait pas être facile avec le travail ?
Mme H. : En fait, j'ai eu la chance que mon père, qui est médecin, me propose de travailler chez lui après la naissance de ma fille. Avant j'étais à l'hôpital et ça, ce n'était pas possible avec le bébé et mon mari qui était retourné en France.
Moi : Du coup, pour votre aînée, vous avez fait…
Mme H. : J'ai allaité 6 mois parce que je suis tombée enceinte 3 mois après l'accouchement. J'ai fait une fausse-couche après mais l'allaitement c'est arrêté. 2 ans après, j'ai eu ma 2e avec une grossesse difficile. Décollement de l'œuf très tôt pendant la grossesse mais l'allaitement s'est passé sans soucis.
Moi : Vous étiez en France alors ?
Mme H. : Oui depuis 1 an. Je suis tombée sur une équipe de sages-femmes qui était très pour l'allaitement. Du coup, quand ils ont su que l'aînée avait été allaitée 6 mois, pour eux c'était très long, ils m'ont invité à parler pendant les cours de préparation pour dire aux femmes qu'il n'y a pas trop de contraintes pour l'allaitement. Après je l'ai allaitée aussi que 6 mois car je suis encore tombée enceinte. Ce n'était encore pas volontaire… il est né qu'un an après la 2e. Celui-là, je l'ai allaité 10 mois. En fait, je voulais continuer mais il était trop pénible. Il me forçait la nuit à rester réveillée la nuit des heures et il était accroché au sein tout le temps. Du coup, j'ai dit stop c'est bon.
Moi : Vous n'avez pas repris à travailler ?
Mme H. : Non là je n'avais pas repris. En fait, en arrivant j'aurais pu être généraliste mais après c'était plus compliqué car je devais passer le concours de l'internat… là j'avais déjà 4 enfants, je trouvais ça trop compliqué et puis j'étais assez occupée. [Rires] Oui, puisque après le 3e, la 4e est venue mais là c'était volontaire. Elle, je l'ai allaitée 2 ans et là ça commence à faire.
Moi : Et ce changement ça explique par quoi ?
Mme H. : Pour le 3e, c'est vrai que j'avais les 2 autres qui avaient 3ans ½ et même pas 2 ans. Ma 2e avec l'allaitement, elle avait tout de suite eu un rythme régulier. Avec elle, c'était toutes les 4h, pas trop long et très facile ; avec lui c'était tout le temps ! Toutes les heures la nuit alors c'était trop dur. J'ai dit stop, mais ça s'est fait dans la douceur. J'étais déçue de ne pas avoir trouvé d'autres solutions,

mais bon, il commençait à bien se débrouiller tout seul mais j'étais triste d'arrêter. Pour la 4e, je ne me suis pas vraiment posée la question d'arrêter, ça se passait bien et dans ma tête c'était la dernière. Moi, je ne voulais pas arrêter, c'est elle qui, à 2 ans, a décidé de passer à autre chose. C'est vrai qu'avec elle ça se passait bien, un bébé calme. Moi, je n'ai jamais fait aux heures fixes, toujours à la demande mais demande pas tous autant… Et puis il y a 3 ans, c'est notre 5e. Lui, il a eu beaucoup de problèmes au démarrage de l'allaitement. Il a beaucoup beaucoup perdu, près de 20% de son poids ; du coup ils voulaient absolument mettre des compléments que j'ai acceptés pour une fois. Après j'ai préféré tirer mon lait et lui donner en plus. Au bout de 15j ça s'est bien mis en place et on a arrêté il y a 7 mois, à 2ans ½.
Moi : Et cette fois-ci, comment s'est passé le sevrage ?
Mme H. : Je l'ai forcé d'arrêter un petit peu, je me suis dit au bout de 2 ans ½ là c'est bon. Mais en douceur, il a bien compris. Il n'a jamais accepté ni de biberons ni de tétines. Il est passé tout de suite au verre.
Moi : Vous étiez encore sur des tétées très régulières ?
Mme H. : Avec lui, oui. Il a fait ses nuits à 2 ans seulement. Du coup il y avait les nuits et quand il voulait la journée. En fait, il a toujours très mal mangé, des petites quantités, parfois rien du tout alors il prenait plus de lait.
Moi : Pour votre 4e, c'était pareil ?
Mme H. : Non, très bonne mangeuse, elle, c'était plutôt pour moi. Elle mangeait très bien, elle buvait très bien ; elle aurait pu arrêter beaucoup plus tôt. A la fin, c'était des petites tétées matin et soir mais elle ne réclamait pas toujours.
Moi : Donc 5 allaitements très différents, joli parcours !
Mme H. : Moi, je ne m'imaginais pas donner un biberon à un tout-petit. L'idée de me lever pour préparer un biberon, calculer les quantités de lait… l'allaitement c'est tout naturel, le plus facile, le plus pratique. On ne se pose jamais la question : est ce que les biberons sont propres ? Qu'est-ce qu'il faut amener en voyage ? Non, c'était toujours là, à bonne température, à volonté, non c'est génial. Pour moi, il y a quasiment que des avantages. On peut se débrouiller avec l'enfant dans les bras pour faire des choses dans la maison, manger en même temps car c'est toujours pendant les repas. [Rires]
Moi : Vous me parliez d'une amie qui vous a montré la voie…
Mme H. : Oui parce que ma mère est morte très jeune du coup je n'ai pas eu d'exemple, d'aide de ma mère. Du coup c'est avec cette copine que j'ai découvert l'allaitement. Elle faisait aussi des études de médecine. Là, elle a aussi 5 enfants qu'elle a allaités très longtemps et elle travaille comme quoi c'est possible même pour un médecin... En fait, j'ai regardé et dès que j'avais des problèmes avec mon aînée, je pouvais l'appeler. En Allemagne, on a aussi un système de sages-femmes qui viennent à la maison, on a le droit à 10 visites pour voir si tout se passe bien, elle regarde, elle pèse le bébé, elle rassure…
Moi : Le temps en maternité est peut-être plus court ?
Mme H. : Moi j'ai connu que pour la première, je suis restée 15j comme elle était préma et que j'ai eu une césarienne et que j'allaitai. Mais ma sœur est toujours restée près de 7j je crois… Après on peut aussi repartir à la maison 4h après l'accouchement avec la sage-femme qui vient tous les jours. En fait, c'est surtout le suivi avant qui est beaucoup plus serré en Allemagne, on voit le médecin tous les 15j les derniers mois, en plus des cours de préparation… La différence, elle est surtout en salle d'accouchement !
Moi : En France on est…
Mme H. : oui on est allongée sur la table, bloquée, avec plein de fils… Quand j'ai dit que je ne voulais pas de péridurale, j'étais extraterrestre, masochiste… Les sages-femmes étaient pour d'essayer sans mais l'anesthésiste lui, il ne comprenait pas… Pour la 2e, avec le décollement de l'œuf, un bébé tout petit, j'ai eu la péridurale pour l'hypertension. Pour le 3e, c'était la veille de Noël, du coup j'ai attendu à la maison jusqu'au dernier moment comme on habitait à côté. Il est né dans les 20 min quand on est arrivé et là c'était idéal. J'ai pu marcher, rester des heures sous la douche. Pour la 4e, c'était déclenché comme elle avait dépassé le terme mais sans péridurale et l'accouchement c'était très bien. Le dernier, c'était aussi déclenché parce qu'il ne voulait pas venir et ça permettait d'être sûr que

mon mari assiste à l'accouchement… c'était bien aussi mais le meilleur c'était le 3e car j'ai pu faire comme j'avais envie. A chaque fois, j'avais demandé à garder le bébé contre moi et ça été accepté. J'ai des copines qui n'osaient pas le faire et le bébé part tout de suite pour être lavé, mesuré… ça peut bien attendre quelques heures.
Moi : Et avec ce parcours avez-vous eu des conseils allaitement pour les derniers ?
Mme H. : J'ai reçu la visite pour la collecte du lait parce que moi, j'avais toujours beaucoup de lait et que j'avais demandé pour le donner. Et en fait, je ne l'ai pas fait car il ne fallait pas de ça, de ça, de ça… En Allemagne, il l'avait pris sans soucis mais là tout était interdit au niveau de la nourriture. Avec ma première, j'avais l'habitude de tirer mon lait et j'ai continué à le faire à chaque fois que je sentais un engorgement. Mais les enfants n'avaient pas besoin ou alors refusait les biberons, du coup j'ai jeté le lait car même le chat et le chien n'en voulaient pas. [Rires] … A vrai dire des conseils pas trop … c'était mon expérience qui comptait. Pour ma 2e, ils pensaient que ce n'était pas la peine parce que j'avais déjà un allaitement alors que j'ai fais une grosse hémorragie après la naissance. L'hémoglobine était descendue jusqu'à 6 et j'étais très affaiblie. Du coup là, ce n'était pas beaucoup d'aide quand même. Après on est arrivé ici, j'ai fait l'hôpital et la clinique mais à vrai dire non je n'ai pas eu d'aide ou de soutien. Quand les gens savent que c'est un 3e, 4e, 5e, il n'y a personne qui vient voir si ça se passe bien ; c'est juste la pesée ! Pour le dernier, ils ont dit de suite il n'a pas assez, il faut le supplément. Personne n'a demandé comment se passent les tétées, combien de fois il prenait… non, ça c'était très léger. Si je n'avais pas eu la volonté de vouloir le faire, ça n'aurait pas marché. Je pense que quelqu'un sans expérience aurait arrêté surtout quand le seul conseil c'est complément et lait artificiel.
Interlude préparation d'une tisane (le bruit de la bouillard rend inaudible l'enregistrement). En fouillant dans son placard, Mme H. retrouve une tisane d'allaitement (fenouil, anis vert, basilic…) et m'explique qu'elle en prenait souvent parce qu'elle aime beaucoup son goût.
Mme H. : Les sœurs de mon mari ont toutes les 2 allaiter assez longtemps aussi avec la différence que moi je me suis jamais cachée. En Allemagne, dans les cafés, dans les parcs, partout on voit des femmes qui allaitent et même des plus grands. Mes belles-sœurs se sont toujours misent à part pour allaiter… Par exemple, après les compétitions quand mon dernier venait, bah ça ne me gênait pas de l'allaiter devant les autres sportifs. Je ne mettais pas au milieu mais comme c'est en plein air les gens pouvaient nous voir c'est sûr. Après je crois que c'est bien accepté … enfin pour les petits après quand il était plus grand, les gens disent mais c'est parce qu'elle est allemande. [Rires] C'est comme pour la péridurale, ah oui vous êtes allemande… les médecins ne comprenaient pas que je n'en veuille pas… Je me souviens que pendant les cours de préparations, beaucoup de femmes disaient : je ne peux pas allaiter mon enfant devant quelqu'un d'autre. Alors c'était dans le sud de la France, elles sont peut-être plus pudiques mais elles disaient que ce n'était pas possible.
Moi : Pourtant dans le sud, sur les plages…
Mme H. : Oui mais pour elles, c'est autre chose… C'est paradoxal, mais se mettre seins nus sur la plage c'est probablement différent pour elles que d'allaiter. C'est vrai qu'en France ça attire beaucoup plus de regards que les seins nus. Moi, en France, j'ai rarement vu quelqu'un allaiter à part mes copines. Ça ne se voit pas… on ne sait même pas si elles allaitent.
Moi : Et vous allaiter en public ?
Mme H. : Moi ça ne m'a jamais gêné. Après je n'ai jamais sorti le sein comme ça, j'ai caché mais j'ai allaité partout. C'est ça le côté pratique. Quand j'ai du commencer le lait en poudre avec mes filles, c'était très dur… Pour ma première, l'allaitement c'était bien mais pour ma 2e c'était l'allaitement rêvé, elle faisait ses nuits, elle ne prenait pas trop souvent... Après il y a eu cette grossesse que je n'attendais pas et je pense que c'était pour tout ça que c'était si difficile avec le 3e, il ne trouvait pas de rythme, il tétait toutes les ½ heures…
Moi : Enfin, 10 mois c'est déjà très très bien !
Mme H. : Oui moi j'étais étonnée qu'on me demande de témoigner car pour moi, 6 mois ce n'était pas long parce que à ce moment-là on disait de ne pas commencer la diversification avant 6 mois. Maintenant en Allemagne, ils disent de toutes petites quantités mais plus tôt mais avec l'allaitement jusqu'à 6 mois quand même… Moi j'ai toujours entendu : l'allaitement le plus longtemps possible… A

l'époque de nos mères on disait que le lait en poudre était bien plus pratique, plus moderne. Ma mère nous a allaités que 3-4 semaines mais comme en France, ma belle-mère n'a allaité mon mari que 2-3 semaines et pas les suivants. Mais ma génération c'est le plus longtemps possible…
Moi : Oui, c'est ce que l'on dit maintenant en France.
Mme H. : Oui, mais c'est comme avec tout, c'est toujours en retard ! [Rires] Pour ce qui concerne les enfants il y a encore beaucoup d'écart. Les sages-femmes en Allemagne, elles disaient que le bain ce n'est pas nécessaire les premiers mois et surtout pas avec des produits. Pour le dernier, on m'a dit c'est comme vous voulez mais pour les autres ce n'était pas le même discours. Bon, au bout de 10 ans ça a changé donc on verra pour le reste.
Moi : Mais vous montrez aussi la voie…
Mme H. : J'ai une copine qui m'a dit que je lui avais sauvé son 3e allaitement, qu'elle n'aurait pas continué sans moi. Elle avait un engorgement et le médecin lui a juste donné des antibiotiques et c'est tout. Moi je lui ai dit : tu serres les dents pendant 2 jours, tu mets bébé à téter toutes la journée, tu vas sous la douche chaude… Du coup, elle a pu continuer pour le 3e et je pense que ça a déclenché pour les suivant des allaitements beaucoup plus long.
Moi : Et oui vous n'êtes pas toute seule ? [Rires]
Mme H. : Bah, je sais que ma voisine a allaité son 3e 4 ans. Elle aussi, elle a des origines allemandes mais elle a le problème d'un mari qui ne voulait pas. Pour le dernier, elle a quand même fait mais son mari il n'était pas trop pour… ça, c'est quand même important que le père soit d'accord.
Moi : Avez-vous vu dans les média des choses sur l'allaitement ?
Mme H. : Bah je sais qu'il y a des recommandations internationales de 6 mois et plus… Après j'ai vu une couverture de magazine où on voit un grand allaité debout.
Moi : Oui la couverture du Times pour plus de maternage.
Mme H : Mais ça, ça ne fait pas pro-allaitement. Un grand comme ça, ça ne donne pas envie d'allaiter. Ça me rappelle quand je faisais mon externat en gynéco-obstétrique à Berlin. Il y avait beaucoup de turques et j'avais vu une femme qui allaitait encore les enfants d'avant qui étaient très grands. Je pense que toute jeune ça m'avait choqué et que c'est aussi pour ça que je n'ai jamais voulu allaiter plusieurs enfants. Voir les enfants réclamer chacun leur tour alors que ça se voyait qu'elle était épuisée… Sinon les émissions en Allemagne c'est plutôt pour… après, on entend souvent que l'allaitement ça abîme les seins, mais grossesse et puis âge font la transformation du corps naturellement. Mon mari lui il aimait bien les seins pendant l'allaitement. [Rires] J'ai une autre copine qui m'a dit qu'elle aurait aimé allaiter mais son mari lui a quasiment interdit. C'est un regret parce qu'elle ne pouvait pas à cause de son mari… Le mien, je l'ai rencontré en Allemagne ; il a été baigné dans l'esprit allemand avec ma copine qui allaitait.
Moi : Il a découvert que ça serait comme ça. [Rires]
Mme H. : Ah bah pour lui c'était bien ! Il ne s'est pas posé de questions, pas besoin de se lever la nuit, bébé qui ne pleure pas… C'est pratique aussi pour un homme. C'est important le soutien. Au début, il faut s'occuper des plus grands… Mes beaux-parents n'ont jamais rien dit quand je me mettais sur le canapé pour allaiter, ce n'était pas forcement naturel pour eux mais ils ont toujours accepté. Après ils ont beaucoup fait du volontariat en Afrique et là-bas l'allaitement c'est important. Mes belles-sœurs m'ont toujours vu beaucoup allaiter alors du coup peut-être que c'était plus facile pour elles après. Elles ont vu que c'était facile… J'espère que j'ai aussi donné envie de le faire à mes filles. Et puis pour les garçons aussi c'est naturel mais ça sera leur femme après qui décident, mais eux ils ont bien compris que les nuit c'est plus facile avec l'allaitement. [Rires] Pour le dernier, on avait installé un matelas à côté de notre lit parce que moi aussi je n'avais pas envie de me lever. Les autres aussi ont dormi dans notre chambre mais eux c'était dans un lit à barreaux. Pour le dernier ça n'a pas été possible, même à la crèche…
Moi : Ah vous les mettiez à la crèche ?
Mme H. : Juste la halte-garderie, des demi-journées. Pour l'aînée, on a commencé en arrivant en France, elle avait 11 mois pour la mettre en contact avec d'autres enfants. La 2e c'était plus jeune mais c'était comme la 4e c'était quand ils savaient marcher à 4 pattes vers 9 mois. Je ne voulais pas qu'il reste dans le cosy toute la journée. Le 3e on n'a jamais réussi à le laisser. [Rires] Même avec les

grandes sœurs, il restait accroché et je repartais avec lui… Et le dernier c'était aussi quand il a commencé à marcher à 4 pattes.
Moi : Du coup, avec l'allaitement ?
Mme H. : C'était sans problème comme c'était à la demi-journée où quelques heures. Par contre, quand il a changé de groupe après les vacances, je n'ai plus dit que j'allaitais. Il y a quand même des remarques, on m'avait déjà dit à l'inscription : il est temps d'arrêter, ça fait déjà très longtemps… Moi je n'avais pas envie d'entrer dans les discussions comme celles-là ; je n'ai pas à me justifier alors ce n'est pas la peine que je leur dise qu'à 1 an ½ il est encore allaité…
Moi : Est ce qu'il y a d'autres personnes qui vous on dit quelque chose ?
Mme H. : … Ah bah un voisin qui connaît la voisine qui allaite longtemps qui m'a dit pour la blague : mais tu ne vas pas allaiter comme elle ? …mais sinon non jamais.
Moi : Et avec les professionnels de la santé ?
Mme H. : [Rires] Le médecin généraliste qui suit les enfants, il a un fils qui travaille en Allemagne qui a eu un petit là-bas. Il doit avoir le même âge que mon dernier. Du coup, il a découvert comment ça se passait là-bas et il me dit : très bien, continuez comme ça. Au contraire, il m'a toujours soutenu mais je pense qu'il n'aurait pas eu le même discours avant son petit-fils… Avec lui, j'ai toujours dit que j'allaitais encore et pour lui c'était important car mon dernier mangeait très très mal. Oui des 5, c'est le seul qui ne voulait pas se nourrir à la cuillère… Le médecin m'a dit : s'il ne mange pas continuez l'allaitement et maintenant c'est un peu mieux pour manger et il est très grand donc tout va bien.
Moi : Et pour vous, vous avez consulté ? Dû prendre des médicaments ?
Mme H. : Non… le dentiste mais je n'ai pas eu de médicaments. A part du paracétamol je ne prends jamais rien. Avec les enfants, on n'a jamais eu d'antibiotique sauf 1 fois. Je me souviens de mon aînée qui avait beaucoup de fièvre et comme elle était petite on a vu un médecin. Moi, j'ai eu mes premiers antibiotiques à 27 ans pour l'accouchement de la première et c'était parce que j'avais perdu les eaux. Elle a dit il n'y a pas d'otite c'est juste de la fièvre mais elle a fait une prescription pour des antibiotiques. Moi je lui ai dit que s'il n'y avait pas d'otite il n'y avait pas de raison mais elle a insisté en disant qu'il fallait les prendre parce qu'elle ne voulait pas nous revoir dans 2 jours… Mais les enfants ne sont jamais malades… Moi non plus… ou j'attends que ça passe. [Rires]
Moi : Oui vous ne consultez pas beaucoup ?
Mme H. : En fait, moi je vois ma gynécologue tous les ans. L'année dernière on avait dit qu'on ferait ça et ça après l'allaitement et là je l'ai revue récemment, on n'a même pas parlé de l'allaitement. Ce n'était pas dans l'idée que j'aurais pu allaiter encore… Sinon, le généraliste, je le vois pour le sport… oui une fois par an mais j'ai beaucoup de copines qui y vont dès que le nez coule. Pour les enfants, on y va pour la croissance ou des blessures mais s'ils ont de la fièvre, c'est paracétamol. Non, en fait je ne consulte pas pour la varicelle ou des trucs comme ça. On note tout seul dans le carnet. Mais on a de la chance, ils ne sont pas malades… Je me souviens quand je suis arrivée en France que ce n'était pas trop l'argument des sages-femmes, elles disaient plutôt que l'allaitement long prévenait l'obésité des enfants. Elles pensaient attirer les femmes vers l'allaitement avec ça.
Moi : Au niveau santé justement, il y a des choses aux quelles vous faites attention ?
Mme H. : … Bah c'est tout ce qui va avec l'allaitement, beaucoup de fruits et légumes. Nous on mange peu de viande… Mais non, ils ne sont jamais malades, quelques rhumes c'est tout… Après les vaccins je suis très pour, les enfants les ont tous. Bon c'est certainement mes études et mon histoire avec mon père médecin. Lui, il a vu des enfants morts avec les maladies infectieuses. Il n'y a pas longtemps, j'ai parlé avec une de mes cousines en Allemagne où l'école a été fermée à cause de la rougeole. Ma belle-sœur aussi ne fait pas du tout vacciner ses enfants. C'est un choix mais ils ont eu 6 mois la coqueluche et moi je n'avais pas envie de ça. Après c'est aussi une histoire de généraliste, ma belle-sœur a un médecin qui est contre les vaccins. Le mien est plutôt pour mais je les aurais demandés de toute façon. Le seul que je n'ai pas voulu c'est la tuberculose car en Allemagne on ne vaccine pas tous les enfants, on fait juste le test régulièrement pour savoir si on a été en contact.
Moi : Ok, tabac, alcool ?
Mme H. : Alors je ne fume pas et à vrai dire j'ai bu quand ils étaient beaucoup plus grands, quand j'allaitais beaucoup moins. Je me suis permis quelques fois après une tétée parce que sinon avec les

grossesses rapprochées on ne s'en sort pas. [Rires] Enfin c'est 2-3 fois par an.
Moi : Oui ça parait raisonnable. Et au niveau contraception ?
Mme H. : Au début c'était préservatif et ça n'a pas marché. Après ma césarienne, je ne pensais pas pouvoir tomber enceinte tout de suite, et je n'ai pas fait attention comme je n'avais pas de retour de règle. Après la fausse-couche, on a fait attention et je n'ai jamais pris de pilule. Et après le 5^{e}, c'était vasectomie pour mon mari… Pour nous ça été sans problème mais on a des copains pour qui ça été refusé parce qu'un homme peut toujours vouloir faire un enfant avec une autre femme. Nous après le délai d'attente, ils ont accepté.
Moi : Vous en aviez parlé dès la grossesse ?
Mme H. : Oui, comme je n'ai jamais pris la pilule, je n'allais pas commencer à 42 ans. En fait, on avait dit que si je devais avoir une césarienne, c'était moi mais sinon c'est quand même plus simple pour un homme.

42ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain.
Allemande vivant en France depuis 17 ans.
5 enfants de 18, 16, 15, 13 et 3 ans allaités de 6 mois à 2 ans ½.
Etude de médecine, femme au foyer

Entretien n°9 : Mme I.

Contexte : Mme I. consulte au CAPS en octobre 2013 pour sa fille de 20 mois qui a de la fièvre. Alors que je regarde le carnet de santé, je découvre que sa fille est toujours allaitée. Habitant depuis l'été en région parisienne, elle n'est que de passage pour le week-end dans sa famille. Intéressée par notre étude, elle souhaite néanmoins participer. N'ayant pas d'autre consultation en attente, nous convenons d'un bref échange que j'enregistre avec son accord. Cet entretien durera près de 20 min.

Mme I : Oui j'allaite toujours la petite dernière mais les trois ont été allaités. Les deux plus grands ont maintenant 9 et 7 ans. L'aînée, elle, je l'ai allaitée 3 ans.
Moi : Vous avez allaité le deuxième en même temps ?
Mme I : Oui c'est bien ça, mais en fait j'ai aussi arrêté en même temps pour les deux. Le deuxième, il n'a eu que huit mois, mais moi je n'allais pas bien à ce moment-là… De toute façon, il est passé au biberon sans aucun problème. Depuis, j'ai refait ma vie et voilà la petite dernière. Ça fait vingt mois et je crois que je vais la laisser décider quand ça s'arrêtera. Elle tête à la demande et elle est nourrie à 70% avec mon lait, après elle mange de tout mais c'est plutôt en complément. Oui, pour le moment je ne crois pas qu'elle soit prête à arrêter.
Moi : Et vous travaillez ?
Mme I : Oui, mais je n'ai trouvé qu'un mi-temps pour le moment. Elle va un peu à la crèche sinon c'est mon ami qui s'en occupe mais dès que je rentre, elle demande à téter. Moi, ce que je veux, c'est apporter ce qu'il y a de meilleur à mon bébé. Vous savez, je suis très maternage et avec l'allaitement on a un lien très fort avec les enfants ; c'est très précieux. Et puis, le lait humain, il est fait pour les humains et le lait de vache, il est fait pour les veaux. Je sais qu'avec mon lait, elle a tout ce qu'il faut et en plus je lui transmets les anticorps pour éviter les maladies infantiles. Après ça permet aussi la diversité du goût, vous savez quand vous mangez, le lait n'a pas toujours le même goût. C'est quand même mieux que d'habituer les enfants à prendre toujours la même chose parce qu'après ils sont difficiles avec la nourriture et c'est galère quand ils sont plus grands.
Moi : On voit que vous connaissez bien le sujet.
Mme I : [Rires] En fait pour les premiers, je ne connaissais pas grand-chose, je l'ai fait comme ça venait. Au départ, je ne pensais même pas allaiter. C'est ma mère et ma belle-mère qui m'ont dit que c'était mieux pour les enfants et puis à l'époque je n'avais pas beaucoup de sous alors je me suis dit pourquoi pas. Après pour la grande ça c'est bien passé, je ne travaillais pas donc on a continué. Et puis quand elle a commencé à manger, elle a eu des allergies alors on m'a dit que c'était bien si je pouvais continuer à lui donner mon lait et c'est comme ça que ça c'est fait. Quand je suis tombée enceinte, elle disait qu'il y avait encore du lait. Bon avec les deux, c'est vrai qu'on passait pour des extraterrestres. Même ma famille ne comprenait pas trop. Maintenant, ils sont habitués et ils ne disent plus rien. C'est si naturel ! … Après, pendant la grossesse de la dernière, j'ai cherché sur internet d'autres mamans qui allaitaient longtemps et j'ai découvert la leche league. J'ai appris plein de choses sur les bienfaits de l'allaitement pour l'enfant, pour la maman. Ils donnent des conseils et puis on trouve du soutien parce que le regard des autres, c'est quand même difficile.
Moi : Pour vous, la société a encore du mal avec l'allaitement des grands enfants ?
Mme I : On commence tout juste à en parler à la télé mais souvent ça fait un peu voyeurisme, c'est plutôt regardez elles allaitent encore ! Tout le monde s'étonne mais pourtant l'OMS dit jusqu'à deux ans. De toute façon, on voit partout de la pub pour les biberons. Le lait maternisé rapporte tellement d'argent que ce n'est pas prêt de s'arrêter. En disant ça, je pense à un livre que j'ai à la maison. C'est « petit ours brun et le bébé » et bien dans le livre le bébé tête sa maman et bien dans le dessin animé, il prend un biberon ! Moi je trouve ça plus choquant que l'on donne un biberon à un ours. Dans un film, je veux bien comprendre que c'est plus facile que l'actrice donne le biberon mais dans un dessin animé, c'est quoi le problème technique ? Si on voit des biberons partout, il ne faut pas s'étonner que les mamans ne pensent pas à l'allaitement.
Moi : C'est très intéressant ce que vous me racontez là.

Mme I : Oui merci, mais c'est bien pour ça que je pense que des associations comme la leche league sont importantes. Elles permettent de nous ouvrir les yeux sur tout ça. Ça peut paraître anodin mais moi, je me dis que j'aurais pu passer à côté de tout ça. Pour ma dernière, personne ne m'a demandé si je voulais allaiter avant l'accouchement, alors si on n'y a pas réfléchi avant, c'est un peu tard pour changer d'avis. Après, il y a aussi les dames qui ont du mal au début et qui ne veulent plus recommencer. Moi je leur dit que c'est parce qu'elles n'ont pas eu les bons conseils et qu'il faut aussi accepter de donner un peu de soi. C'est vrai que ça peut être un peu dur au début mais une fois que c'est lancé, c'est tellement bien.
Moi : Oui, mais il est souvent temps de reprendre le travail.
Mme I : Oui, ça c'est le vrai problème. 2 mois c'est juste le temps pour que l'allaitement se met en place. A peine les mamans commencent à en profiter qu'elles pensent arrêter pour retourner bosser. A cet âge là, continuer en reprenant à plein temps, il n'y a que super woman qui peut le faire. Il y a plein de mamans qui essaient et qui très vite n'ont plus de lait. Les femmes qui allaitent devraient pouvoir avoir un congé plus long. En plus, ça encouragerait aussi les femmes à choisir l'allaitement. Après tout, ça fait moins d'enfants malades et donc moins de journées de travail loupées par les parents. C'est une histoire de politique et de gros sous tout ça !
Moi : J'imagine que vous parlez d'allaitement facilement avec les professionnels de santé…
Mme I : Moi j'en parle sans tabou, c'est mon troisième enfant ; avec le recul, je vois bien tous les bénéfices de l'allaitement. Après si un médecin vous dit qu'à six mois il faut arrêter, il faut juste changer de médecin ! [Rires] Je rigole avec ça mais quand j'allaitais ma première j'ai dû être opérée de l'appendicite. J'avais dit de suite à l'urgentiste que j'allaitais, mais quand elle a compris que ma fille avait plus d'un an, elle m'a dit que je ne pensais qu'à moi et qu'ici ce n'était pas le tiers-monde. Après, heureusement, je suis tombée sur un anesthésiste plus commode qui m'a dit que c'était une contre-indication comme une autre. Après tout, certains patients sont allergiques et bien moi c'est que j'allaite ! Sur Paris, j'ai connu mon médecin par une amie. Apparemment quand elle a eu ses enfants, elle les allaitait alors même qu'elle travaillait. Si, si, entre deux consultations, elle disait dans la salle d'attente que c'était l'heure de la tétée et qu'elle revenait dans un quart d'heure. Avec elle, je sais que je peux tout dire et que si je lui dis que je suis fatiguée, elle ne va pas me dire que je n'ai qu'à la sevrer. Je suis désolée de vous dire ça, mais je crois que les médecins ne sont pas tous bien formés ; quand un médecin, sur un engorgement, vous dit d'arrêter l'allaitement, c'est quand même fou. Moi c'est les animatrices de la leche league qui m'ont dit comment faire et maintenant je sais les gérer.
Moi : Et depuis vous êtes plutôt militante ?
Mme I : En fait pas vraiment… c'est vrai que je suis grande gueule. [Rires] J'essaie surtout d'aider les femmes que je connais, c'est avec mes amies que je discute d'allaitement. J'assume, je dis volontiers que j'allaite mais j'évite la tétée en public. Ce n'est pas que ça me gène mais ça ne se fait pas trop en France.
Moi : Juste une petite question pour finir, au niveau santé, faites-vous des choix particuliers ?
Mme I : … Qu'est-ce que je fais pour notre santé ? … Et bien on mange équilibré, pas de tabac… pas d'alcool. On voit le médecin si ça ne va pas comme aujourd'hui mais sinon la dernière fois c'était pour le basket avec les grands. Moi je ne suis jamais malade, je ne prends rien mais …
Moi : Pas même la pilule ?
Mme I : Non, surtout pas d'hormones. Comme ça, je n'ai pas à me demander si c'est risqué pour ma santé… et en plus, pas besoin de se justifier au près du gynéco.
Moi : Pour l'allaitement ?
Mme I. : [opine de la tête et sourit].
Moi : Merci beaucoup. Merci pour l'intérêt que vous portez à ma thèse et merci pour votre temps.
Mme I : Non c'est normal, si ça peut faire avancer les choses. Vous avez lu « l'art de l'allaitement maternel » je vous le conseille.

---

42 ans, en concubinage (2e union), vivant en milieu urbain. Niveau bac+2, attachée commerciale.
3 enfants : une fille de 9 ans allaitée 3 ans, un garçon de 7 ans allaité 8 mois et une petite dernière de 20 mois toujours allaitée.

Entretien n°10 : Mme J.

Contexte : Alors que j'avais plein de documents sur l'allaitement prolongé dans les bras, j'ai rencontré Mme J. Après quelques minutes de discussion, elle m'a confié qu'elle aussi allaitait toujours son fils de 2 ans. Nous nous rencontrons en octobre 2013 pour un entretien de 50 min.

Mme J. : Par où commencer ? Et bien dans l'ordre, par mon grand garçon. Il a 5 ans maintenant et quand il est né, j'avais envie de l'allaiter. Après si ça ne marchait pas, ce n'était pas grave mais j'avais vraiment envie d'essayer. Après césarienne, petit bonhomme de 2,3kg donc pas facile. En fait, 2,3kg ce n'était pas normal parce qu'il est né après terme, a priori c'était un mauvais échange au niveau du placenta. Mais il a vite repris et pendant 4 mois ça a marché parfaitement. Les courbes montaient bien mais le pédiatre disait : « Ah non non, s'il réclame beaucoup, il ne faut pas lui donner à chaque fois… » donc ça a foiré. On a du mettre des compléments et jusqu'à 7 mois, il a eu sein et biberons. Pour moi ce n'était pas terrible mais lui, il adorait son biberon, donc quand j'ai repris le travail à 8 mois on a arrêté sans souci.
Moi : Déjà une belle réussite.
Mme J. : Oui, mais vraiment déçue que ça soit si compliqué. Avec un petit bébé comme ça, on pense toujours au poids avec des compléments dès que le poids baisse. Mais bon c'est déjà loin… Pour le deuxième, la naissance ça a été encore une catastrophe. Lui, il est né sous anesthésie générale après un long travail. En fait, ça n'avançait pas et quand l'interne m'a posé la péridurale, il a fait une brèche. Après comme ça ne marchait pas, ils ont voulu faire une rachis-anesthésie mais c'est monté plus haut. Mon dernier souvenir c'est que la tête s'engourdit et j'entends : on ne fait pas entrer le papa. Je me réveille 4h après, plus de bébé, personne… Mon bébé allait bien mais pas génial pour commencer avec la césarienne, 3 blood-patchs dans la semaine… heureusement que c'était le 2^{e} sinon je ne pense pas que j'y serais arrivé. L'allaitement s'est bien passé mais j'étais épuisée. Tout le monde me disait d'arrêter surtout que j'ai enchaîné sur 2 mois de fièvre et que j'ai dû être réopérée… Je vous raconte tout ça mais ça a beaucoup compliqué l'allaitement et je pense que ça a beaucoup joué sur mon fils. Avec les scanners, les anesthésies, les traitements… souvent il ne fallait pas que j'allaite et mon fils a toujours refusé les biberons. Ça a été pareil quand il a fallu que je reprenne le travail à 4 mois. A la crèche, il refusait le biberon alors que je tirais mon lait. Moi, je le trouvais encore petit et je voulais continuer à l'allaiter. J'ai du demander à mon chef, ce n'est pas facile avec un homme. Lui, il m'a demandé mais comment ça se passe, on vous amène votre bébé ? Ah c'est avec une machine ! Du coup il s'était renseigné et j'ai eu le droit à une pause d'1/2 heure. J'ai pu aller dans une des salles de réunion, la seule qui était un peu intime et qui fermait à clé. Je l'ai fait jusqu'à ce qu'il soit diversifié pour entretenir la lactation et aussi parce sinon ça fait mal... Les montées de lait ça peut surprendre, c'est vrai que ça donnait un peu de galbe aussi c'était sympa. [Rires]... Après je mettais dans le frigo bien caché dans notre cuisine. Et puis en fait je le jetais parce qu'il ne voulait pas du biberon. Comme il ne prenait pas de biberons c'était compliqué. Quand il faisait très chaud, à la crèche, ils lui donnaient un peu d'eau à la pipette parce qu'il n'a jamais voulu mettre les tétines à la bouche. Je pense que c'est parce qu'au début avec tous les antibios, il a été forcé de prendre des biberons.
Moi : Ah oui comment avez vous fait ?
Mme J. : Souvent le médecin me disait : vous tirez votre lait mais vous ne lui donnez pas. Moi j'appelais souvent le lactarium ou je regardais le site du CRAT car sur les boîtes c'est toujours écrit non. Parce qu'il vaut mieux continuer quand c'est possible parce que c'est dur avec le tire-lait, moi je n'arrivais pas bien à le faire, ça bloque avec les machines. Souvent quand je tirais mon lait, c'était plus pour la forme mais ce n'est pas idéal... Mais l'allaitement c'est continué. Il a commencé à bien manger, très gourmand, lui jamais de problème de poids. [Rires] C'est toujours resté à la demande y compris la nuit et il a commencé à bien dormir avec la marche vers 20 mois. On ne l'a pas gardé tout ce temps avec nous, on a mis le lit dans sa chambre vers 7 mois, un peu avant pour l'aîné. Mais jusqu'à 15-16 mois, au moins 2 tétées par nuit puis plus qu'une. Mais il a eu plein d'otites ! Pour la protection, moi je ne suis pas convaincue. Comme le premier en avait fait beaucoup, je m'étais dit

que l'allaitement allait le protéger mais ça n'a pas marché. Il a eu 2 fois des diabolos... mais l'allaitement c'est parfait pour le soin des oreilles, il a la position idéale et il reste bien 10min en place pour avoir l'oflocet. En fait je m'étais dit que je continuerai jusqu'à 1 an, avant qu'il parle, avant qu'il me demande... Et puis quand il a eu 1 an, on était en plein dans ses opérations pour les oreilles. Du coup, je me suis dit que ce serait pendant les vacances pour éviter que ce soit à une période où on ne s'est pas vu de la journée et puis les vacances ont passé et ce n'était pas fini donc on attend un an de plus jusqu'aux prochaines vacances... et puis les prochaines vacances sont venues et il marche, il parle... maintenant il ne tète pas tant que ça. Quand il est malade, il réclame beaucoup mais sinon c'est même plus systématique le soir. C'est quand il y pense, quand il est fatigué c'est le vrai câlin. Mais maintenant qu'il parle, il demande « faire la tétée maman », c'est adorable... mais maintenant c'est très exigeant : on change de côté, ton bras pas comme ça... on sent bien que ce n'est plus un bébé, et puis il faut un canapé car dans le fauteuil ce n'est plus possible.
Moi : Et à la maison c'est bien accepté ?
Mme J. : … Mon mari, il dit parfois : il est grand maintenant mais il n'intervient pas de trop. Ça lui a tellement facilité la vie, il ne se levait pas la nuit, rien à préparer... par contre l'aîné, il a toujours ses biberons. Il va avoir 6 ans mais comme c'est une petite crevette, qu'il ne mange pas beaucoup, quand il veut son biberon, on lui donne. Il m'a dit qu'il l'aurait encore quand il sera adulte... mais les tétées par rapport au grand, ce n'est pas simple. Au départ quand le petit tétait, le grand voulait que je tienne son biberon. Mais c'est vrai qu'après la césarienne je ne pouvais pas le porter. La naissance de son frère, ça a été une catastrophe avec une maman qui n'arrêtait pas d'aller au bloc... il était hyper-inquiet et je lui faisais peur en fait. C'est vrai que c'est là que le papa prend toute sa place... Le reste de la famille, ils n'ont trop rien dit. Mes beaux-parents, bon bah c'est comme ça, ça nous regarde et ils n'interviennent pas du tout. Peut-être qu'ils trouvent ça bizarre et qu'ils en parlent entre eux mais ils ne m'ont jamais rien dit. Mes parents non plus ; nous, on n'a pas été allaités, c'était l'époque où ça ne se faisait plus. Ma grande sœur, elle a allaité longtemps et ça été conflictuel avec sa belle-famille. Sa grande de 4 ans ça arrive encore qu'elle réclame à téter. Je ne sais même pas s'il y a encore du lait. Moi c'est vrai que je passe après alors elle a déjà montré la voie.
Moi : Et c'est avec votre sœur que vous avez découvert que l'allaitement pouvait se poursuivre ?
Mme J. : J'ai des amies aussi. On se rend compte que ça se pratique de plus en plus. Après, si j'avais pu faire 7-8 mois avant de reprendre à travailler, j'aurais arrêté je pense mais 4 mois c'était trop petit pour arrêter et je n'étais pas prête... Le congé maternel jusqu'à 2 mois ½ c'est trop court, moi j'ai eu un arrêt avec tout ça et je voulais prendre un congé parental un peu plus long mais quand j'ai eu la place en crèche, ça ne se refusait pas et j'ai repris le travail plus tôt à mi-temps. Je m'étais dit si ça ne marche pas, ce n'est pas grave, mais on n'a pas réussi à introduire le biberon ; du coup, on a continué et les jours ont passé les uns après les autres... mais quand je voyais ma nièce qui réclame la tétée devant tout le monde, je me disais « non ce n'est pas possible ». Mais je crois que quand c'est soi-même on ne voit plus tout ça. Maintenant, il est vraiment grand, on ne le fait plus mais quand à 1an1/2 il réclamait chez le docteur par exemple, je lui donnais. Si les gens ça les gênent, je me dis tant pis, mais je crois qu'il comprend car il ne réclame plus en public... sauf à la plage, ça il aime bien téter à la plage. Mais en fait c'est plus dur dans une salle d'attente... C'est vrai que pour les calmer, il n'y a rien de mieux. En dessous de chez nous, ils viennent d'avoir un bébé. La pauvre… il pleure beaucoup et je ne crois pas qu'elle l'allaite alors elle doit beaucoup marcher. Nous aussi pendant les otites, on a dû marcher car il ne supportait plus la position allongée… beaucoup de portage avec le porte-bébé devant jusqu'à il n'y a pas très longtemps… C'est vrai que ça les calme bien. Hier, j'ai eu une grosse colère de 40 min, dans la rue, à l'école, à se débattre dans la poussette alors que tout le monde nous regardait. Il s'est calmé à la maison avec la tétée. Ça facilite vraiment la vie, la nuit au lieu d'être à bercer à ne plus tenir debout, on s'installe bien assis et ça dure 20 min. Il se rendort et c'est fini. Après mon grand, il ne nous a jamais fait ça. Après quand je pense aux deux de ma sœur qu'elle a allaité longtemps, c'est vrai qu'ils font beaucoup de colères, de crises. Je me demande parfois s'il y a un lien, après c'est peut-être juste une histoire de caractère. Souvent mon deuxième me dit qu'il veut aller à l'école alors je lui dis qu'avec les couches et la tétée ce n'est pas possible. J'aimerais bien que ça s'arrête avant l'école. Il est grand maintenant, il faut que notre rapport change.

Le soir il ne s'endort plus au sein mais on ne fait pas l'histoire, on a le rituel avec les doudous, la tétée, les caresse dans le dos, le dernier câlin... oui ça prend 1/2h. Depuis pas longtemps, je sors un peu et c'est papa qui les garde. Ce n'est pas facile parce que on leur enlève les moyens de se débrouiller mais bon ça les a bien soulagés, ils ont pu dormir tout ce temps. Après si je ne suis pas là, et bien il mange quand même, après l'allaitement s'arrêtera peut-être.
Moi : Après s'il ne boit pas pendant 3 jours, ça ne va pas s'arrêter comme ça.
Mme J. : Ah oui, bah ça je n'en sais rien. Je ne me suis pas vraiment documenté là-dessus.
Moi : J'ai rencontré des mamans qui me disaient que les enfants ne tétaient plus qu'une fois par semaine avant de se sevrer naturellement.
Mme J : Donc ma sœur, il lui en reste peut-être alors ? C'est vrai qu'il sait me dire de changer de côté, c'est comme pour le goût. Maintenant, je ne fais plus attention, si j'ai envie de manger épicé je mange épicé et une fois il m'a dit : maman, pas bon le lait... Le grand m'a demandé d'essayer mais je ne peux pas. Je lui dis « tu ne peux pas, tu es un grand, ça va te faire trop bizarre », moi aussi... Ça le travaille un peu, « moi c'était comment ? » C'est vrai que ça duré moins longtemps, c'était beaucoup plus compliqué mais le rapport qu'on a eu, c'était le même, les câlins, le biberon dans les bras. C'est des beaux moments, après une naissance compliquée, moi je m'accrochais à ça. À chaque fois qu'il y avait un truc, la seule idée que j'avais, c'était comment je fais pour les tétées. Je crois que c'était mon moyen de faire passer la pilule surtout que le gynéco était odieux. Une naissance sous anesthésie générale c'est quand même triste, on se réveille le ventre vide alors que l'on n'a pas été prévenu après il y a eu les blood-patchs et avec un césarienne c'est dur car il faut bien se pencher, ils prennent beaucoup de sang, il faut être à jeun et quand on doit allaiter ce n'est pas facile. A chaque fois les maux de tête qui revenaient ; j'en pouvais plus, après 8 jours, j'ai demandé à sortir, et dès le lendemain la fièvre a commencé. Pas forte mais tous les jours et les marqueurs infectieux sur les prises de sang très perturbés. C'est mon généraliste qui a trouvé l'origine de la fièvre mais il a fallu les scanner et tout ça. Elle m'a demandé de continuer avec ce gynéco pour le suivi mais il était vraiment odieux. C'est lui qui était de garde pour la naissance de mon premier et je suis bêtement aller le voir pour ma deuxième grossesse. Dès le premier rendez-vous, ça ne s'est pas bien passé et puis après à la clinique je n'avais plus le choix... Si j'avais su que je devrais encore le voir tous les 3 jours après la naissance, j'aurais carrément changé de clinique... Mais le reste de l'équipe, c'était très bien. Après quand j'étais chez moi, j'étais inquiète avec tous ses médicaments les antidouleurs, les antibiotiques. J'essayais de prendre le minimum pour la douleur. C'était très résistant, j'ai eu double antibio plusieurs fois. Je rappelai le lactarium à chaque fois et il me disait si c'était bon, des fois il proposait un autre antibiotique équivalent mais qui était mieux pour l'allaitement alors je revoyais ça avec mon généraliste. Le gynéco, il me disait d'arrêter, que j'étais trop fatiguée pour continuer et que de toute façon les bébés ils n'en ont pas besoin. A mon avis, il n'était pas pro-allaitement, nan vraiment très méprisant.
Moi : Et depuis cet épisode ?
Mme J. : La santé ça va. C'est vrai, qu'à part les césariennes, je n'ai pas eu d'intervention. Je n'avais jamais été malade. Maintenant, on attrape tous les trucs des petits.
Moi : Vous avez du consulter pour vous depuis ?
Mme J. : Je n'ai pas revu de gynéco jusqu'à il n'y a pas longtemps. Ma généraliste m'a conseillé une dame très bien. Elle m'a dit que l'allaitement c'était très bien et que c'était courant maintenant de continuer. Mais c'est vrai que je me demande si ma généraliste est au courant que j'allaite encore. Ça fait longtemps que l'on n'en a pas parlé. C'est vrai que j'ai pris l'habitude de vérifier sur le CRAT si je peux ou non prendre un traitement alors je ne pense pas toujours à le dire.
Moi : Et nous, on ne pense pas toujours à le demander. Avez-vous vu des choses dans les média autour de l'allaitement ?
Mme J. : Alors chez nous, la télé elle n'est plus très souvent allumée à part pour les dessins animés. J'ai quand même l'impression que c'est plus courant, que l'on voit plus souvent allaiter dans les parcs, souvent des petits. Des grands pas beaucoup encore mais c'est vrai que l'on en parle pas beaucoup en dehors du cercle très privé. Je n'ai pas de collègue avec qui en parler, c'est plus des dames de 50 ans mais certaines trouvaient déjà ça fou de continuer alors qu'il n'avait que 6 mois. Donc après c'est

sûr, on en parle plus de trop. Dans les médias, il n'y a pas beaucoup de thématique sur ça. J'ai déjà vu un documentaire avec une fille de 7-8 ans qui pleurait parce qu'elle n'y arrivait plus et c'était pathétique. Il y a un âge où ça devient limite et mon fils arrive à cet âge-là. La crèche ça passe encore mais pas l'école... entre nous c'est naturel mais il est grand, j'ai du mal à le tenir. Pour l'instant, il y a encore le côté alimentaire le matin parce qu'il n'aime pas le lait même avec les céréales. Des fois, il apporte son biberon à son frère mais lui jamais il ne va goûter. Bon après c'est bien parce que les tétines c'est casse-pieds. L'aîné l'a gardée longtemps et là on va chez l'orthophoniste parce qu'il parlait beaucoup avec.
Moi : Et bien je crois qu'on a déjà parlé de beaucoup de choses autour de l'allaitement, des soucis de santé et les recours que vous avez eu. J'aimerais bien que l'on aborde maintenant la santé en général.
Mme J. : Il y en a plein qui disent que ça fatigue, moi je trouve que ça repose. [Rires] A mon avis, ça doit prendre de l'énergie mais je ne trouve pas que ça fatigue. C'est vrai que le docteur, quand je n'étais pas bien, m'a demandé si j'étais sûr de vouloir continuer et je lui disais que c'était les moments où je me reposais et là il m'a dit que ce n'était pas normal car ça voulait dire que je ne me reposais pas assez. En fait, ces des moments où on est zen et ça aide à se sentir mieux. Il y a peut-être un truc qui se passe avec la production de lait. En fait, je n'avais pas tellement envie de me renseigner sur comment ça se passe. Je regardais ce qui passe dans le lait, ce qui ne passe pas mais pour le reste… J'avais acheté le livre de la leche league quand même pour la reprise du travail mais pour moi, c'est trop du coup on n'y croit pas. C'est comme les campagnes anti-tabac, c'est trop dans l'excès pour qu'on entende le message. Si on a envie d'avoir des informations, ce n'est pas là qu'on les trouve car on a l'impression que c'est faussé pour que ça aille dans leur sens. C'est un petit peu trop secte, après je ne parle pas de celle de Nantes mais plutôt de leurs livres, de leur site… Après à la demande, ça me semble vraiment important, j'ai bien vu quand la pédiatre m'a dit de les espacer. Même quand ils sont un peu plus grands, si on ne fait pas à la demande, nous on baisse ou alors on ne suit pas s'il a un pic de croissance. Bon maintenant c'est à la demande pour les câlins… Mais moi pour ma santé, ça m'a aidé c'est sûr.
Moi : Vous parliez des campagnes anti-tabac…
Mme J. : oui parce que je suis fumeuse. Alors pendant le temps de la grossesse, quelques cigarettes oui c'est arrivé, ce n'est pas terrible mais je n'en faisais pas un drame. Après quand il est né, nan, mais depuis je refume un peu. J'évite collée à la tétée, mais après je ne suis pas une grosse fumeuse, je ne fume pas de la journée ou au travail. C'est le soir quand il est couché ou quand on est avec des amis. Quand le gynéco l'avait su, il m'avait directement envoyé chez la sage-femme anti-tabac qui m'avait dit c'est zéro car même une ce n'est pas bien. Après on respire aussi les gaz d'échappement, on ne peut pas les protéger de tout. L'alimentation on ne sait pas toujours ce qu'il y a dedans. Les biberons on apprend qu'il y avait du bisphénol alors que c'est cancérigène.
Moi : Au niveau vaccinations ?
Mme J. : Alors moi je dois être à jour et les enfants on a dû tous les faire… Un petit doute sur l'hépatite mais on en a discuté avec mon médecin. J'ai beaucoup confiance en elle et quand elle me dit qu'elle le ferait pour ses enfants, je lui fais. Elle est beaucoup médicaments et s'il faut des antibiotiques pour une otite, elle ne va pas se poser de questions. En complément, on est allé voir l'homéopathe un petit peu, l'ostéopathe aussi. Ils prennent beaucoup de granules en prévention, c'est un budget d'ailleurs… Pour l'ORL et les dents… Après s'ils sont vraiment malades, on va la voir. Ils ont eu souvent des antibiotiques quand même.

---

37 ans, mariée, habitant à Nantes. Bac +3
2 enfants de 5 et 2 ans, allaités 7 mois et non sevré pour le 2e
Employée de la fonction publique catégorie B

Entretien n°11 : Mme K.

Contexte : Mme K. est une amie de Mme H. Elle m'avait transmis ses coordonnées après lui avoir parlé de notre rencontre. Mme K. me reçoit chez elle en octobre 2013 pour un entretien d'1 heure.

Moi : Alors 5 enfants vous me disiez, 5 allaitements ?
Mme K. : Oui. Le premier, je ne l'ai allaité que 2 semaines parce que je reprenais le travail, j'étais étudiante alors, et certainement pas assez confiance en moi. La deuxième, 2 ans après, j'étais déjà mère au foyer et je l'ai allaité 9 mois. Pour les derniers, j'ai arrêté quand j'étais enceinte du suivant. La troisième, je l'ai allaité 16 mois, le quatrième aussi et la dernière 2 ans.
Moi : Ça fait pas mal de mois tout ça !
Mme K. : [Rires] Oui et en volume aussi !
Moi : Donc pour votre premier, peu de temps mais la volonté de le faire tout de même…
Mme K. : Oui, parce que ma mère avait allaité, donc ça allait de soi. Après une fois que la réalité de ce que c'était est apparue, je n'ai pas eu la force. Sachant que je devais retravailler au bout de 2 mois, de toute façon la motivation n'était pas là. Les circonstances faisaient que ce n'était pas le bon climat.
Moi : Et vous avez été soutenue à ce moment-là ?
Mme K. : … Non, mais en fait ce n'était pas un drame s'il passait au biberon. Il est né en plein été, il faisait très très chaud et il avait toujours soif. Je pense que je ne le mettais pas bien en place et avec les grands principes de l'allaitement pas plus de 10 minutes, toutes les 4 heures… toutes les choses qui font que ça se passe mal. L'allaitement spontanément s'est très vite arrêté, de toute façon je n'ai jamais eu beaucoup de lait comme certaines femmes peuvent avoir, je n'ai jamais dû lutter contre mon lait sauf une fois. Pour la deuxième par contre très motivée, peut-être l'envie de compenser puisque pour le premier ça avait été un échec avec l'impression que mon bébé était distant. Beaucoup plus motivée et en plus, il y avait 2 mamans autour de moi qui allaitaient très longtemps et du coup la perspective que ce n'était pas que pour 3 mois. Ma mère avait allaité 3 mois donc c'est vrai que dans ma tête c'était 3 mois.
Moi : Donc une nouvelle idée de l'allaitement…
Mme K. : Oui mais ça veut dire aussi qu'on fait du co-sleeping à partir d'un moment parce qu'il faut tenir le coup. Donc ça, ce n'est pas bien vu donc on ne le dit pas… Le fait de la mettre à volonté, aussi souvent qu'il faut et aussi longtemps qu'il faut donc pas sortir pendant des mois. Ça n'était pas un problème pour nous mais on se rend compte que c'est aussi une affaire de couple avec un papa très à l'écoute. J'ai dû commencer à 6 mois à lui donner autre chose à manger et puis à 9 mois elle s'est arrêtée peut-être parce que j'étais trop fatiguée mais en tout cas je n'ai pas eu la sensation que c'était dur d'arrêter. Pour la troisième, la même chose, ça a démarré facilement. À la maternité, on ne m'a même pas posé de questions sauf que c'était un tout petit bébé et qu'ils ont été très attentifs sur son poids. Moi je voyais bien que ça allait bien. Après j'ai eu une grosse lymphangite et par bonheur c'est arrivé un dimanche. Je suis tombé sur un médecin de garde qui a été très ouvert et qui a tout de suite dit : on va trouver un antibiotique qui va vous permettre de continuer à allaiter. Je sais que si c'était mon médecin normal, ça ne passait pas. Et puis entre temps j'avais fait la connaissance de Mme H. et qui est venu me soutenir. Elle m'a dit ça va durer 2 jours, ça va être douloureux mais tu vas y arriver. C'est vrai que j'ai rarement été aussi mal : c'était dur, écarlate, j'avais de la fièvre, des frissons… Je voulais vous dire aussi le fait que systématiquement je n'ai pas dit la vérité au médecin. Mes bébés, ils étaient petits, ils ne grandissaient pas vite alors à chaque fois que l'on me demandait : vous avez différencié ? Bien sûr ! Il n'y a plus de tétée la nuit ? Bien sûr ! Vous ne fait pas de co-sleeping ? Bien sûr ! Je savais quelle réponse donner pour pas qu'on m'embête.
Moi : A chaque fois vous aviez le même genre de question ?
Mme K. : Oui, sauf peut-être pour la dernière où on m'a laissé tranquille. Non mais c'est vrai qu'ils ne prenaient pas beaucoup de poids et j'ai tenté de leur donné à boire avec un biberon ou de donner à manger autre chose mais c'était un refus catégorique avant 9 mois. Ce n'est pas facile d'aller contre le dogme… Je n'ai pas vraiment le souvenir de préparer des repas spécifiques pour eux puisqu'ils commençaient directement à manger comme nous. La troisième est quasiment passée de mon lait

aux spaghettis bolognaise, avant elle ne voulait rien manger et maintenant elle est en pleine forme. Après on a la chance qu'il n'y a pas de cas d'allergie… Pour la troisième et le quatrième, l'allaitement s'est arrêté à la grossesse suivante.
Moi : Vous aviez moins de lait à ce moment ?
Mme K. : Non, c'est la gynéco qui m'a dit qu'il fallait arrêter. J'aurais préféré qu'on ne me dise pas quoi faire et que ça se fasse tout seul avec le relais hormonal mais ça n'a jamais été la mort dans l'âme puisqu'ils mangeaient, ils marchaient et je savais qu'il fallait aussi que je me repose. J'avais l'impression d'avoir mené mon allaitement à terme et puis il fallait faire la place pour le suivant. Depuis j'ai su qu'il y a des femmes qui arrivent à allaiter 2 enfants en même temps, que la composition du lait n'est pas la même en fonction de l'enfant qui tête mais ça on le découvre après.
Moi : Vous auriez co-allaité sinon ?
Mme K. : Non je ne crois pas. En fait, j'ai toujours refusé d'être à leur disposition. A partir de la marche, je ne voulais pas qu'ils puissent venir se servir, je ne voulais pas être un self-service. C'était à la demande mais quand même quand je voulais pour ne pas être une vache à lait. Du coup, pour la dernière, je crois que c'est moi qui lui ai dit que ça suffisait. Son papa lui a dit aussi et ça s'est arrêté comme ça. Elle était grande, je crois même qu'elle était propre… Après bien évidemment, j'ai fait beaucoup d'endormissement au sein et on avait compris avec mon mari que quand il fallait que ça s'arrête, c'était le moment où il prenait le relais sinon je n'allais pas changer les habitudes, c'était trop facile comme ça… Pour le quatrième, j'ai eu une grosse pneumonie, c'était encore un week-end. Il devait avoir 2 ou 3 mois donc hors de question d'arrêter et heureusement que je suis tombée sur un médecin de garde qui l'a rapidement compris. Il a cherché et il a trouvé un antibiotique adapté.
Moi : Quand vous dites heureusement que je suis tombé sur un médecin de garde, vous pensez que ça aurait été différent avec votre généraliste ?
Mme K. : Bah je sais qu'ils veulent bien faire mais faut juste connaître l'antibiotique qui passe avec l'allaitement et surtout ne pas dire d'arrêter l'allaitement. Le bébé aide, clairement c'est lui qui nous soulage le plus. Là c'était le fameux engorgement qui suit la reprise de la lactation après le pic de croissance. Et là, je peux vous dire que les médecins ne sont pas au courant des cycles de production de lait et qu'à 3 semaines, 3 mois, il y a des baisses et qu'ils ne savent pas qu'il faut simplement remettre le bébé au sein toutes les heures. Chez moi, j'ai bien vu que la production de lait, elle est fluctuante jusqu'à 6 mois et après c'est à volonté. Donc c'est vraiment long et quand on doit reprendre à travailler c'est très dur. Après je vois bien que les choses changent, c'est à partir du quatrième qu'on me l'a laissé sur le ventre et j'ai pu les allaiter tout de suite après la naissance. Ça va de soit pourtant, il rampe pour aller téter, le peau-à-peau ça prolonge la grossesse et je n'ai pas le souvenir d'avoir pu le faire avant.
Interlude coup de téléphone d'une maman de l'association des parents d'élève.
Moi : Pendant cette petite pause, je regardais vos poules qui se sont installées au soleil sur la terrasse.
Mme K. : Oui elles sont très sociables en fait. [Rires]
Moi : Elles font parties d'une certaine démarche j'imagine.
Mme K. : Oui très clairement. Peut-être que le point de départ de tout ça a été d'ailleurs l'allaitement. On a une maturation personnelle progressive sur le naturel, l'environnement… on se construit autour de ça en fait. Quand on fait un allaitement long, on finit par se connaître entre nous et je vois bien que ça va de paire avec la démarche écolo sans dire écologique parce que ça fait politique. On se retrouve face à des personnes qui nous ressemblent… c'est vrai que moi j'ai beaucoup aimé être enceinte et je trouve que c'est prolonger ces instants d'intimité même s'ils sont dehors. C'est très animal en fait. On vit quelque chose de réflexe, de primaire et le regard de la société s'oppose à ça ; on ne dort pas à plusieurs, le bébé ne doit pas être entre les parents, il faut rapidement reprendre une vie sexuelle… Les femelles dans la nature, elles ne font pas comme ça. [Rires] Le plus dur c'est le regard de la société en général, je pense que c'est spécifique à la France mais il y a beaucoup d'idées préconçues. Dans les autres pays, c'est quand même moins comme ça mais il y a aussi moins de femmes qui travaillent.
Moi : Autour de l'allaitement vous aviez rencontré des réactions particulières ?

Mme K. : oui des « mais tu allaites encore », « tu ne vas jamais réussir à t'en séparer » mais moi je ne me suis jamais sentie esclave. Je n'ai jamais eu le besoin d'aller m'éclater à l'extérieur alors qu'aujourd'hui il y a une surenchère d'activité, il faut pouvoir raconter tout ce que l'on a fait… Moi j'ai toujours allaité à l'extérieur et c'est rigolo car ce matin en sortant de l'école j'ai vu une maman qui allaitait son bébé. C'est vrai que je me revois en train d'allaiter sur le parking du supermarché avant d'aller faire les courses… C'est plus des réflexions de copines que j'ai eue, ma mère aussi ça l'a déstabilisée. Elle avait l'impression d'avoir réalisé un exploit en nous allaitant 3 mois parce que dans les années 70 c'était devenu rare… Je ne sais pas ce que je dirais à mes filles si elles me disent qu'elles veulent donner le biberon, ou mes belles-filles ça me ferait bizarre. Je pense que j'essayerai de les soutenir dans leur démarche sans chercher à les convaincre. C'est vrai que l'on en jamais parlé et je ne sais pas quel ressenti elles ont par rapport à l'allaitement. Après elle m'ont vu allaité partout, à table…J'ai une copine qui a 6 enfants et qui n'a pas allaité parce que c'était un choix de couple, enfin son mari ne voulait au début et comme elle ne l'avait pas fait pour les premiers, elle ne l'a pas fait pour les suivant. Après je voyais bien qu'elle donnait le biberon comme moi je donnais le sein ; il y avait la même interaction, la même tendresse… Si c'est pour allaiter en regardant la télé, il n'y a plus d'échanges de regard… Moi, le côté pratique, a posteriori, a été très important. Pas de prise de tête sur ce qu'il faut emmener, ne pas emmener. J'ai bien vu par rapport au premier comment on était léger sans les biberons. Bon après la nuit, il faut se réveiller. J'ai su que pour d'autres copines ça c'est vite, mais nous on n'a pas fait de nuit à chaque fois pendant 2 ans. Mais même avec le premier, on n'a pas mieux dormi. Ça fait quand même 10 ans au total sans dormir. [Rires] … Je repense à une copine qui a réussi à continuer d'allaiter tout en travaillant, elle m'a dit 16 et 20 mois. Avec le tire-lait, une tétée que matin et soir… Moi je n'ai jamais eu à vivre ça, j'ai toujours eu mon bébé avec moi et pas d'organisation matérielle à prévoir. Je pense qu'il faut une sacrée volonté pour faire ça… C'est vrai que l'intérêt nutritionnel pour le bébé au-delà de 6 mois, je ne le connais absolument pas. Pour moi c'était juste poursuivre un bien-être ; du coup quand on retravaille je ne sais pas comment ça peut s'intégrer facilement au rythme qu'il faut avoir pour tout faire. Ma sœur qui est active, elle attend le quatrième, je ne sais pas comment elle peut intégrer son bébé ou… ressentir du bien-être dans toute cette frénésie.
Moi : Est-ce que dans les médias, il y a des choses qui vous on fait réagir ?
Mme K. : Bon on n'a plus la télé maintenant. Pendant une période, je regardais « les maternelles » où ils en parlaient parfois… J'ai dû voir un truc l'année dernière sur une manifestation avec des femmes qui allaitaient en extérieur. C'est vrai que moi, je n'ai pas eu de démarche militante pour ça, sur d'autre chose mais pas sur l'allaitement, c'était plus au coup par coup quand je rencontrais des mamans. Moi je ne suis jamais allé à la leche league, je n'ai jamais adhéré à une certaine forme de fanatisme mais localement on s'est fait une mini leche league en fait. Soutien, conseil on faisait pareil entre nous. Je me souviens d'une copine qui pour son premier allaitement prolongé, arrivé à 15 mois elle avait peur que ça ne s'arrête jamais. Je lui ai dit que si elle n'en avait plus envie, c'était à elle de dire à son bébé que maintenant c'était fini : « c'est ton corps, tu n'as pas à laisser l'enfant décider ». Après c'est peut-être stéréotypé ce que je vais dire mais parfois je me demande s'il n'y a pas de différence entre les filles et les garçons. Le petit garçon a souvent plus d'emprise… comme une relation de pouvoir. Je vois avec mon quatrième, il a gardé les mêmes gestes que petit, il tète encore *[un doudou ou le pouce],* il touche, il palpe et des fois je dois lui dire que ça suffit. Je n'ai jamais eu l'impression avec les filles que j'étais à leur disposition. C'est pour ça que je crois que 2 ans c'était vraiment ma limite.
Moi : Vous aviez pensé à des âges, à la marche comme limite ?
Mme K. : Non parce qu'ils n'ont pas marché aux mêmes âges. [Rires] Comme ils n'étaient pas gros, c'est aussi par rapport au poids, à la taille. J'ai continué jusqu'à l'impression que ça y est, ils soient prêts, de leur avoir donné tout ce qu'il fallait. Ils n'ont jamais été malades. Il n'y a que le premier qui a eu une fois des antibiotiques dans sa vie. Bon pour les suivants, je pense que l'on en donnait moins aussi… C'est vrai qu'à partir où on n'a plus la pression du lait qui monte, on ressent moins le besoin de leur donner mais comme ils ne dormaient pas bien je crois que c'est aussi pour ça qu'on a dit stop. Et dès que l'on a arrêté, ils ont tous trouvé un substitut alors qu'ils ne tétaient rien avant. Ça continue

encore mais je ne me prends pas la tête avec ça, il y aura l'orthodontiste après.
Moi : Et dans votre démarche du plus naturel possible, la santé ?
Mme K. : Et bien, on va chez le médecin une fois par an pour les mesurer et les certificats médicaux. Les vaccins on fait les classiques. Moi j'ai fait la rougeole à 20 ans et j'ai compris que ça pouvait se compliquer.
Moi : Contraception ?
Mme K. : Alors ça a été une grosse prise de bec avec mon gynéco. Parce que je n'ai rien pris pendant la période où on a eu les enfants et au cinquième, on s'est dit que mon mari pourrait se faire vasectomiser. Mais il n'y a pas eu moyen. Moi je pouvais me faire opérer mais pas lui alors qu'on a le même âge. Ça m'a énervé puisque entre la deuxième et la troisième, j'ai eu une grosse intervention pour une tumeur thoracique et j'ai vécu un an avec les médecins en permanence et je n'avais plus envie de ça. Ça a été très handicapant et je n'avais plus envie de repasser sur le billard. Moi les seuls que je voulais bien voir c'était les gynécos pour l'accouchement. J'ai accepté qu'elle me mette un stérilet et ça s'est très mal passé avec plein de troubles qu'elle n'a pas voulu entendre en disant que c'était psychologique. Du jour où je l'ai enlevé, plus rien ! Du coup on a continué comme à 18 ans avec des préservatifs, pour l'instant on est suffisamment vigilant pour que ça marche. Ma fille pourra bientôt être sous pilule mais je ne sais pas si je l'inciterais. On entend tellement de trucs sur les hormones que je suis très mal à l'aise de lui dire de la prendre. Je trouve que l'on joue un peu trop aux apprentis sorciers. En plus je trouve que ça ne les éduque pas par rapport au SIDA. Notre génération a été beaucoup plus sensibilisée par rapport à ça et le risque de tomber malade, ils ne l'ont plus en tête. Ils ne pensent plus qu'au risque de tomber enceinte et encore il y a la pilule du lendemain. Je trouve que les garçons doivent prendre aussi leur responsabilité parce que c'est sexiste de dire que les filles s'en chargent avec la pilule. Je crois que pour le moment elle ne l'a pas trop en tête alors j'essaie d'induire la même chose qu'avec mon fils : « les préservatifs, c'est systématique, ça ne change rien, ça marche bien… » C'est vrai que dès que l'on n'est pas dans la norme, on pose question.
Moi : 5 enfants par exemple.
Mme K. : N'en parlons pas ! Les gens nous demande si c'est une philosophie, bref savoir si on est religieux, bah non même pas. Avec le temps, on apprend à se dégager du regard mais par rapport à l'autorité du médecin ce n'est pas toujours facile à assumer. Lui, il va se permettre de nous juger avec ses connaissances. Je peux le concevoir mais pas dans une consultation de 10 minutes… nous on n'est pas des irresponsables.
Moi : Vouliez-vous aborder quelque chose d'autre ?
Mme K. : Oui, je voulais absolument vous parler d'un produit qui n'existe plus en France mais qui était une merveille pour la cicatrisation, c'était vraiment un produit miracle : Oligoderm labcatal. C'était en spray avec des oligoéléments. La lanoline ça marche pas terrible, le castor équi ça ne sert à rien… C'est sûr que c'était une niche mais c'était une merveille.

---

42 ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain
5 enfants de 16, 14, 11, 9 et 7 ans allaités de quelques semaines à 2 ans
Formation d'ingénieur agro-alimentaire, mère au foyer

Entretien n°12 : Mme L.

Contexte : Lors d'une consultation de suivi de nourrisson, je discute allaitement avec une maman. Elle m'explique que l'une de ses amies péruvienne allaite toujours sa fille de plus d'un an. Ravie de mon intérêt, elle me propose de nous mettre en contact. Mme L. me rappellera quelques semaines plus tard pour me proposer une rencontre chez elle en octobre 2013. Notre entretien dure 1 heure en présence de sa fille.

Mme L. : Vous trouvez facilement des mamans ?
Moi : Oui oui et chaque maman me donne souvent le nom d'autres mamans, mais au départ c'est souvent par hasard. Là c'est en parlant avec votre amie que je vous ai découverte.
Mme L. : Ah c'est génial !
Moi : Donc c'est votre premier enfant et l'allaitement se poursuit ?
Mme L. : Oui, d'abord j'avais pensé à lui donner le sein que 6 mois parce que j'avais vu que c'était recommandé les 6 premiers mois. Mais après, ça s'est fait très naturellement. Comme ça continuait je me suis dit bon on verra. Il y a 1 mois j'ai essayé de commencer à la sevrer mais elle ne veut pas, elle n'est pas convaincue. [Rires] J'ai lu quelque part que c'est souvent l'enfant qui décide d'arrêter alors finalement au lieu de lutter, je crois que je vais faire ça et je vais attendre qu'elle se sèvre toute seule. J'espère que tu ne vas pas prendre trop longtemps non plus. [Dit elle en prenant sa fille dans ses bras]
Moi : Dans votre entourage, il y a des femmes qui allaitent ?
Mme L. : Au Pérou, c'est quelque chose de courant. C'est la première chose à laquelle on pense à faire quand on tombe enceinte. Ici c'est vrai qu'on me demandait souvent si je voulais allaiter. Après c'est vrai que quand on travaille, c'est difficile de poursuivre l'allaitement après les 3 mois post-natals. Mais la formule c'est très cher ! Alors les mamans qui n'ont pas les moyens d'acheter la formule, elles vont trouver la façon de continuer à allaiter longtemps. Les mères qui ont les moyens et qui n'ont pas envie de s'embêter à tirer leur lait, elles passent à la formule. Mais longtemps, ils ont dit que la formule c'était mieux que le lait maternel… [Gémissements de sa fille qui se tortille dans ses bras] Je crois que vous allez avoir une petite démonstration ! Moi, j'ai écouté plutôt ici comme quoi le lait maternel c'est meilleur mais que peut-être on ne va pas avoir de lait. Mais je crois qu'en fait ça marche bien et que le corps sait ce qu'il faut faire. Heureusement ça se passe bien, je ne suis pas fatiguée mais au contraire je trouve que ça a été beaucoup plus facile que si j'avais le biberon. Moi, je trouve que ça a été très facile d'allaiter, c'est toujours prêt, c'est toujours chaud. [Rires] Pour le moment, je ne travaille pas alors peut-être que si je travaillais, ça serait une grande contrainte mais pour le moment où je suis à la maison ça m'arrange très bien.
Moi : Et c'est à la demande ?
Mme L. : Les premiers mois c'était toutes les 2 heures. Après quand elle a commencé à manger ça s'est espacé. Aujourd'hui, le matin c'est une longue tétée, après j'essaie de ne pas lui donner avant le déjeuner sinon elle ne mange plus. Après, elle mange et j'essaie qu'elle oublie de demander, je lui donne son midi, un yaourt, un biscuit pour bien la gaver mais non elle n'oublie jamais. Il y a quelque chose qui manque. [Rires] Après vers 4-5 heures, c'est une compote avec du quinoa bouilli et après j'essaie de ne pas lui offrir si elle ne demande pas. Parfois ça marche mais souvent elle demande. Après le bain, ça, elle ne rate pas et un peu avant de dormir, mais c'est plus pour la calmer avant de dormir. Je sais que ce n'est pas bien mais ça la met en mode dodo et quand je la mets dans son lit, elle a rempli tout ce qu'il y avait à remplir.
Moi : Quand vous dites que ce n'est pas bien c'est qu'on vous a dit quelque chose ?
Mme L. : C'est vrai que comme c'est ma première, je ne savais pas comment faire et à la PMI, elle est mignonne la puéricultrice, mais je crois qu'elle a des idées très anciennes. Parfois je demande, j'écoute et j'essaie de faire comme ça m'arrange. Par exemple, quand elle ne faisait pas ses nuits complètes, à 5 mois, j'ai demandé si elle avait des trucs et elle m'a dit de ne surtout pas lui donner le sein. Elle m'a dit de lui donner de l'eau mais ça n'a jamais marché et j'ai fini par lui donner le sein parce que c'est bien plus rapide pour l'endormir. En fait, elle faisait ses nuits vers 2 mois puis elle a

commencé à se réveiller une fois par nuit et là c'était le sein le plus efficace. En juillet, on a voyagé au Pérou et là elle a recommencé à téter comme un petit bébé. Je crois que c'était tous les changements et là-bas on dormait dans le même lit parce que pas de lit-bébé. Pour moi, c'était plus rassurant de la mettre de mon côté contre le mur et là, comme elle avait le sein tout près, elle a bien profité. [Rires] 4 fois par nuit souvent et quand on est rentré, elle a voulu continuer à profiter comme ça. Le cauchemar pendant 2 semaines, elle m'a réveillé 2-3 fois par nuit et là c'est bon, elle refait sa nuit complète.
Moi : Ah c'est mieux. Et ici elle dort avec vous ?
Mme L. : Non, après le premier mois, elle a commencé à dormir dans sa chambre. Mais ça, c'est surtout papa qui avait peur qu'elle reste toute la vie. [Rires] Elle n'a pas fait trop de problème pour aller dormir dans sa chambre… C'est vrai qu'au début, j'ai fait ça pour le côté nutrition et il y avait des mamans qui me disaient que le lien émotionnel était très important. Comme c'était ma première ça je ne savais pas et c'est vraiment après que l'on comprend. Je suis très contente de comment ça se passe et je ne changerais pas.
Moi : Vous feriez pareil avec le suivant ?
Mme L. : Oui… après on a planifié d'avoir qu'un seul mais on ne sait jamais. [Rires] Je suis très contente avec l'allaitement comme ça. Je sens qu'elle est contente, elle n'a pas eu de maladie. On a visité le médecin que pour les contrôles réguliers. Même pour les dents ça n'a pas été un cauchemar… Ça remplit bien son estomac, ça rempli bien ses besoins émotionnels et ça lui permet de bien s'endormir, d'être relax, calme. Après je ne peux pas comparer avec un autre enfant [Rires] mais je pense que ça la rend bien dans sa peau et moi aussi.
Moi : Oui c'est sûr que c'est un truc à 2 mais aussi à 3. Il y a papa aussi…
Mme L. : Papa, ça été dur au début. Il croyait que si j'allaitais trop longtemps mes seins allaient tomber et seraient moches. On a beaucoup bataillé avant qu'elle naisse parce qu'il voulait que j'allaite que 2 mois maximum. Dans ma tête c'était déjà 6 alors je lui ai dit oui oui… pas la peine de discuter avant l'heure ! Il a 10 ans de plus que moi mais il a eu 1 enfant à 20 ans. Je crois que dans sa tête c'était le cauchemar parce que le bébé allait pleurer mais quand on est jeune ce n'est pas la même chose. À 40, c'est complètement différent, on a plus de patience. Dès qu'il a vu qu'en la mettant au sein, elle arrêtait tout de suite de pleurer, il a arrêté de dire qu'il faudrait arrêter l'allaitement. Et même aujourd'hui, quand on en parle avec des amis, c'est le défenseur de l'allaitement. [Rires] « Il n'y a pas mieux, il n'y a pas de maladies, c'est très pratique ! » [Rires] … Bon c'est vrai qu'aujourd'hui, il commence à dire que c'est un peu long. Alors je lui dis d'essayer un biberon, il essaie un peu et comme ça ne marche pas [rires] il me laisse continuer… Il y a quelque chose que je trouvais drôle ici, c'est que quand je disais que j'allais allaiter, on me demandait toujours mais alors le papa qu'est ce qu'il va faire ? Au Pérou, personne ne se pose la question ! L'égalité homme-femme ça a l'air plus important que l'idée même que l'allaitement c'est normal et que si ça existe c'est bien pour une raison. C'est vrai que maintenant qu'elle a toutes les dents, parfois ça fait mal. Quand elle me croque je lui dis qu'elle ne va plus avoir le sein mais je ne la vois pas proche de s'arrêter.
Moi : Au Pérou, les femmes allaient longtemps ?
Mme L. : Oui, j'ai eu des cousines qui ont fait ça jusqu'à 4-5 ans. Mais là tout le monde critiquait : l'enfant va devenir trop gâté et aura besoin de sa maman pour tout ! Surtout pour les petits garçons, la société est très machiste au Pérou. Pour les filles ça passait mieux. C'est normal jusqu'à 2 ans et après il y a quelques enfants qui continuent. Moi je suis convaincue que c'est le meilleur choix.
Moi : Vous étiez déjà en France pour votre grossesse. Vous avez reçu des informations sur l'allaitement ?
Mme L. : Je n'ai pas demandé. Au Pérou, ils ne font pas trop gaffe à tout ça. L'allaitement c'est normal. Moi ça m'a étonné qu'ici il faille beaucoup de conseils, comment faire, comment bien positionner le bébé… Je me suis dit que ça me rendrait parano alors je n'ai pas trop cherché. J'ai lu quelques brochures mais c'est tout. J'ai une cousine qui n'avait réussi à allaiter que 3 mois qui m'a envoyé des biberons, un stérilisateur comme cadeaux parce qu'elle me disait mais comment tu vas faire si tu n'a pas de lait. C'est vrai que je n'avais même pas acheté un biberon, je ne m'étais pas posé la question…

J'ai beaucoup surfé sur des pages en espagnol sur comment faire grandir naturellement l'enfant. Là ils disaient qu'il faut donner à l'enfant tant qu'il veut, le temps qu'il veut, aussi souvent qu'il veut et que là ça sortirait tout seul. [Rires] Il n'y a pas de raison que ça ne marche pas parce que plus le bébé va téter plus il y aura de lait.
Moi : Des soucis au début de l'allaitement ?
Mme L : C'est vrai que les 2 premières semaines ça m'a fait beaucoup de mal parce que c'était complètement abîmé. J'essayais de ne pas crier mais c'était les larmes à chaque tétée. Mais ma mère m'a dit : c'est normal ça n'a jamais servi pour ça, ça va guérir tout seul, il faut continuer. C'est vrai que je n'ai pas pensé à arrêter pour ça. Après c'est vrai que si l'on sait que ça va passer, on fait l'effort mais on ne parle pas trop que ça peut faire mal. Chacun le découvre sur le chemin.
[Le téléphone sonne, Mme L. part répondre sa fille est toujours au sein. Mme L. reste plusieurs minutes debout tout en tenant sa fille d'une main.]
Moi : Un allaitement tout terrain !
Mme L. : Je crois qu'à cet âge on fait tout en allaitant. [Rires]
Moi : Et est-ce que vous allaitez partout ?
Mme L. : Ça, c'est marrant parce que c'est mon mari qui me disait si tu vas au centre commercial, tu ne vas pas allaiter devant les gens. C'est vrai que je sens que les gens sont un peu dérangés, qu'ils ne savent pas où regarder. Du coup au centre commercial, je lui donne la tétée dans le coin bébé dans les toilettes. Parfois au resto, j'essaie de me couvrir avec quelque chose. Quand on est avec des amis, je demande si je peux et on me dit que ça ne dérange pas mais je vois bien qu'ils ne sont pas toujours à l'aise. C'est vrai que moi avant d'avoir la petite, ça me dérangeait un peu mais finalement maintenant que je l'allaite je me dis qu'on est très libéral pour certaines choses et pour d'autres très naturelles, on est encore très carré. Partout on voit des seins sur les affiches mais donner le sein ça c'est dérangeant, dégoûtant… J'ai vu que dans un pays, ils voulaient passer une loi pour interdire d'allaiter en public mais beaucoup de femmes ont dit que c'était complètement fou et que rien n'est mauvais à allaiter. Il faut vraiment vouloir regarder pour pouvoir voir quelque chose… Le corps de la femme est un objet sexuel aujourd'hui et ça dérange que ce soit utilisé pour autre chose et pourtant c'est ça sa fonction primaire. C'est fou qu'une femme qui allaite puisse déranger alors qu'une femme nue dans une pub c'est normal. Parfois j'ai même l'impression qu'ici de la chirurgie esthétique ça parait plus normal que d'allaiter.
Moi : Très bien tout ça. Et en matière de santé, quels sont vos choix ?
Mme L. : Alors pendant l'allaitement on doit faire un peu attention à ce que l'on mange mais pendant la grossesse c'est aussi le cas. Pas d'alcool, ça c'est facile aussi. Avant je ne fumais pas de trop, juste une cigarette après le repas et j'ai arrêté tout de suite. C'est marrant parce que la semaine avant de savoir que j'étais enceinte, j'ai arrêté de manger des choses qui commençaient à me dégoûter, le café du matin, la viande… j'ai mangé que du riz et du brocoli pendant une semaine. Je crois que le corps il sait et qu'il se nettoie tout seul. Depuis j'essaie de faire gaffe à ce que je mange, plutôt légumes secs, légumes verts plutôt que de la viande, des fruits… après avec mon mari, c'est difficile parce que lui il est un carnivore ! Pour ma fille j'ai du mal à lui faire manger des protéines animales. J'ai essayé les petits pots, j'ai essayé avec du poisson écrasé, des œufs de caille ça va. Le jambon, le bœuf elle n'aime pas trop. Mais avec tout ce que l'on entend avec les viandes industrielles, je ne sais pas s'il faut regretter de ne pas lui donner. Je lui prépare beaucoup de lentilles, de quinoa et des légumes. Je crois que le quinoa a beaucoup de protéine, d'acides aminés qui sont bien pour sa croissance. Après je ne voudrais pas non plus lui donner du lait de vache parce que moi je n'en bois plus. J'ai lu qu'un enfant n'en avait pas besoin tant qu'il prenait le lait de sa maman et c'est pour ça que je lui donne mon lait le plus longtemps possible. Petite chez moi, je buvais le vrai lait de la vache, plein de crème et je crois qu'aujourd'hui les bouteilles de lait ce n'est plus du vrai lait et je préfère m'en passer. Ici les produit laitiers c'est très recommandé, 3 par jour ! Le lait, les yaourts, le fromage… Là bas, le fromage ce n'est pas comme ici. On n'en mange pas autant et ce n'est pas aussi gras. Je trouve que ce n'est pas trop sain et que ce n'est pas adapté aux petits. J'ai vu que des enfants avec de l'asthme avaient guéri en arrêtant le lait… Au début, comme elle avait un petit poids, j'avais peur de ne pas bien la nourrir avec la nourriture solide. Maintenant, je vois qu'elle est en bonne santé, qu'elle grandi bien. C'est vrai

que ici l'alimentation c'est très carré et c'est bien, mais « 3 produits laitiers par jour » ça fait plus industriel que santé.
Moi : Est-ce que pendant votre allaitement, vous avez du prendre des médicaments ?
Mme L. : Non, heureusement je n'ai pas eu plus qu'un rhume ou un mal de tête. J'ai pris le paracétamol que le médecin m'avait dit que je pouvais prendre. Par contre quand on était au Pérou, ma fille a fait une infection digestive très forte. Ça m'a vraiment fait mal au cœur car elle a du prendre des antibiotiques. Mais on n'avait pas le choix et elle a pris son Bactrim. Le médecin m'avait averti que c'était très courant pour les petits enfants qui voyageaient. Pendant une semaine, elle ne voulait pas manger et c'était que le sein qui la nourrissait.
Moi : Vous avez parlez allaitement avec les médecins ?
Mme L. : Quand je suis allée voir mon médecin traitant pour lui présenter ma fille, il m'a demandé comment se passait l'allaitement et il m'a dit de continuer. On est allé le voir il y a 3 semaines parce qu'elle a touché un frelon et je ne sais plus comment je lui ai dit que je continuais à l'allaiter mais il était très étonné. [Rires] Ce n'est pas anormal mais les gens sont surpris. Je vois qu'ils ont l'image que si tu allaites trop longtemps, tu fais une enfant gâtée. C'est vrai que ce n'est pas la norme, c'est plutôt l'exception… Mais déjà quand je disais à des amis de 50 ans que j'allais allaiter, ils me disaient : ah oui c'est la mode. [Rires] Comme si l'allaitement c'était nouveau ! Au Pérou, il y a beaucoup de publicité pour la formule, on voit des médecins qui disent que ça remplace parfaitement le lait maternel. Dans les foyers aisés, on donne de suite la formule au bébé et les foyers moins aisés pensent qu'ils ratent vraiment quelque chose. Dès que c'est possible, ils essaient d'en acheter… Ici, j'ai beaucoup aimé que les laboratoires n'ont pas le droit de faire de publicité et de pousser les femmes à donner le biberon avec la formule… Pour moi c'est un crime de faire ça et le médecin il doit dire ce qui est le mieux. C'est vrai que là-bas, tout le monde est né aussi par césarienne. Ça aussi c'est horrible car on te dit que c'est le mieux parce que tu ne vas pas souffrir, on peut programmer l'heure, la date et que l'accouchement naturel c'est plus risqué pour toi et le bébé. Ça me met en colère car ce n'est que pour l'argent. Si tu peux avoir une assurance privée ça sera une césarienne ; si tu n'as que la sécurité sociale, c'est plutôt un accouchement naturel. Moi ici j'avais demandé à ne pas avoir de péridurale et à la clinique, ils m'ont regardé bizarrement, ils pensaient que c'était religieux. [Rires] Moi je suis catholique plus par tradition mais je ne crois pas qu'il y ait de religion qui dit qu'il faut souffrir ! Les sages-femmes, elles étaient très rassurantes mais ça n'avançait pas. Apparemment, elle n'était pas en bonne position, je demandais aux sages femmes dans quelles positions je devais me mettre pour l'aider à sortir mais elles ne savaient pas quoi faire. Le médecin lui a essayé les cuillères mais sans anesthésie, c'était trop douloureux. Il était en colère, il a dit à mon mari qu'il fallait que j'arrête mes conneries et que le bébé allait commencer à souffrir. Après ça, j'ai accepté la rachis-anesthésie mais j'ai trouvé dommage que ça se passe comme ça.

---

37 ans, mariée, vivant en milieu semi-urbain
Péruvienne, en France depuis 3 ans
1 fille de 14 mois toujours allaitée
Bac +5 ingénieur industriel, sans emploi pour le moment

PALLUT BOISSARD **Sophie**

ALLAITEMENT MATERNEL PROLONGE :
une pratique de santé entre recommandations et clandestinité.

Résumé

CONTEXTE ET OBJECTIFS.
Alors que l'allaitement maternel prolongé est généralement présenté comme une pratique marginale en France, les données statistiques et les nombreux travaux de recherche sur ce thème montrent qu'il s'agit d'une pratique bien souvent sous-estimée. Passé un certain âge, les mères préfèrent parfois garder pour elles qu'elles allaitent encore. Cette étude tente donc de mieux comprendre la démarche de ces femmes, la place qu'elle a parmi leurs pratiques de santé et le rôle qu'elle joue dans leurs relations avec les professionnels de santé.

MATERIEL ET METHODE.
Une enquête qualitative, sous forme d'entretiens semi-structurés, a été menée auprès de douze mères, rencontrées en Loire Atlantique, à l'aide d'un guide d'entretien préalablement défini. Les critères d'inclusion étaient : avoir allaité plus d'un an et être suivie par un médecin généraliste différent des autres femmes. Les critères de non-inclusion étaient un délai supérieur à cinq ans entre l'entretien et le dernier sevrage, l'impossibilité de s'exprimer aisément en français où d'être physiquement présente à l'entretien. Une analyse thématique transversale a ensuite été réalisée.

RESULTATS.
Passées les difficultés du début, l'allaitement s'inscrit dans une pratique de maternage proximal. Recommandations médicales, modèle d'allaitement prolongé sont essentiels dans leur démarche. Il s'agit avant tout d'une démarche de santé au sens large qui concourt au bien-être de l'ensemble de leur famille. Face à l'incompréhension de notre société, les femmes préfèrent se prémunir des critiques et de la pression sociale qui pourraient nuire à la poursuite de leur allaitement. Nombre d'entre elles s'éloignent des mouvements militants et poursuivent leur pratique avec discrétion. Sans prosélytisme, elles soutiennent leurs proches qui sont sensibles à leur démarche. Le manque de connaissance et les jugements personnels des professionnels de santé sont souvent reprochés et favorisent la méfiance et la réticence des mères à parler de leur allaitement. Il existe un risque de non prise en compte de l'allaitement par le prescripteur alors même que ces femmes remettent souvent en question leurs prescriptions. Ce paradoxe entre pratique recommandée et pratique clandestine pose la question de l'échange autour des pratiques hors norme dans la relation de soins.

Mots-clés

Allaitement maternel - allaitement prolongé - recommandations - pratique de santé - médecine générale