



Programme Relais Allaitement
de LA LECHE LEAGUE



PRESENTATION



Qu'est-ce que le PraLLL ?

Le **PraLLL** est un programme de soutien à l'allaitement maternel.

Son objectif est d'augmenter la prévalence et la durée de l'allaitement maternel notamment pour les populations ayant un accès difficile aux informations et ressources disponibles. Conçu à l'origine à destination des populations en situation de précarité, de milieux défavorisés ou issues de l'immigration, le concept du PraLLL s'est avéré depuis être un dispositif efficace et adapté pour toutes les personnes en situation de vulnérabilité : arrivée d'un enfant prématuré, parents atteints d'un handicap ou souffrant d'une santé mentale déficiente, etc.

L'objectif de ce programme

Créer et développer des réseaux locaux structurés d'information et de soutien de mère à mère, coordonnés par un Responsable de réseau (professionnel de santé, de la petite enfance, travailleur social...).

Le **Responsable Réseau** crée et anime un réseau de Mères Référentes pour l'allaitement maternel issues des milieux cibles (quartiers, populations ou communautés identifiées), les forme et les soutient. Il est l'interlocuteur des mères référentes.

Les **Mères Référentes Allaitement**, formées par le Responsable de réseau, ont un rôle de soutien, de partage d'expériences et de connaissances auprès des femmes de leur entourage.



Son déroulement

Nous assurons la formation initiale et proposons un accompagnement sur trois ans des professionnels qui souhaitent mettre en place de tels réseaux : médecins, sages-femmes, infirmières, puéricultrices, auxiliaires de puériculture, psychologues, diététiciens, responsables d'associations, travailleurs sociaux, enseignants, etc.

À la demande d'institutions ou d'associations, Am-f peut également former et soutenir directement un réseau local de mères référentes sur l'allaitement.





Formation des Responsables Réseau

Cette formation de 35 heures sur 5 jours permet de former les futurs Responsables Réseau chargés de la mise en place d'un groupe de mères référentes sur l'allaitement. Elle leur permet d'acquérir les connaissances et les outils nécessaires à la formation des mères référentes et au pilotage du réseau. Le réseau de mères référentes est un dispositif efficace pour fournir information et soutien sur l'allaitement dans les communautés ayant un accès limité aux autres ressources existantes ou partageant une expérience spécifique (par exemple, la prématurité, situation de handicap, santé mentale, etc.).

Cette formation s'adresse à des personnes :

- ayant une expérience d'au moins un an de conseil auprès des mères allaitantes ou qui travaillent depuis au moins un an dans le domaine de la protection, promotion et soutien de l'allaitement maternel ;
- conscientes de l'intérêt qu'il y a à privilégier l'autonomie des mères sur les aspects non médicaux de l'alimentation des bébés et des jeunes enfants ;
- souhaitant développer un réseau de soutien dans une communauté, permettant de proposer des informations et du soutien sur l'allaitement maternel.

Cette formation donne les éléments clefs pour :

- identifier les besoins locaux et s'y adapter ;
- déterminer les moyens de démarrer le programme de soutien à l'allaitement ;
- recruter, former et soutenir les mères référentes allaitement ;
- financer le programme et gérer son budget ;
- utiliser les spécificités de la communauté pour favoriser la diffusion de l'information.

Les supports, diaporamas, fiches d'animation des sessions et outils pédagogiques pour la formation des Mères Référentes sont fournis et étudiés pendant la formation.



Formation des Mères Référentes Allaitement

La formation des mères référentes allaitement a pour objectif de leur fournir les connaissances et les moyens pour soutenir les mères de leur communauté et les aider à allaiter. Elle peut être menée par les responsables du futur réseau ou directement par Am-f sur demande.

Qui peut devenir une mère référente allaitement ?

Il est nécessaire :

- d'être enthousiaste à propos de l'allaitement maternel ;
- idéalement, d'avoir allaité au moins un bébé ;
- de souhaiter proposer de l'information sur l'allaitement aux mères et futures mères de son entourage.

Contenu de la formation

- Bénéfices de l'allaitement maternel
- Déroulement de l'allaitement
- Composition du lait humain
- Anatomie du sein pendant l'allaitement
- Obstacles à l'allaitement
- Règles d'or pour le démarrage de l'allaitement
- Vivre au quotidien avec un bébé allaité
- Ressources qui peuvent aider les mères qui allaitent
- Techniques de communication pour aider les mères
- Critères pour adresser une mère au Responsable de réseau en cas de problème médical.



« En tant qu'accompagnantes à l'allaitement, nous contribuons à renforcer la confiance des mères en leur capacité à nourrir leur bébé au sein. Nous favorisons également leur autonomie en leur donnant les informations leur permettant de faire des choix par elles-mêmes sur des sujets essentiels pour le développement de leurs enfants. »

Teresa A. Swensen, accompagnante à l'allaitement.



Le suivi d'un réseau

L'un des soucis des professionnels de santé est « Comment vais-je trouver du temps ? ».

Le programme PraLLL a pour objectif, non seulement d'augmenter la prévalence et la durée de l'allaitement par des actions d'information et de prévention, mais aussi de créer un système original de soutien entre mères.

Le programme PraLLL permet :

- d'augmenter les taux d'allaitement et la durée dans les milieux où on allaite peu ;
- de favoriser une plus grande autonomie des mères sur les problèmes bénins de l'allaitement et diminuer le recours aux professionnels de santé ;
- de bénéficier de l'assistance technique et des nombreuses ressources de LLL International et de LLL France.

Le temps de suivi d'un réseau a été estimé à 10% d'un équivalent temps plein, qui peut se répartir sur un ou deux Responsables de réseau.

A l'issue de leur formation, les Mères Référentes se voient décerner un certificat officiel. Elles sont alors en mesure :

- d'informer les futures mères qu'elles croisent dans leur quotidien ;
- d'aider les mères individuellement par téléphone ou à domicile (avec l'accord de la mère) ;
- d'animer des échanges à l'occasion des consultations de nourrissons ;
- d'organiser des rencontres de mères dans leur quartier ou leur communauté ;
- de participer à ou d'organiser des événements autour de la parentalité.

Ces activités sont en général menées bénévolement.



Les besoins des mères

Le WIC Department (Woman, Infant and Children), organisme gouvernemental américain chargé de programmes pour les populations en situation de précarité a mené une enquête auprès de 1000 femmes en situation de précarité alors que celles-ci avaient déjà reçu une information donnée par des professionnels de santé sur les bénéfices de l'allaitement. L'enquête [1] s'est aussi intéressée à plusieurs centaines de professionnels de santé travaillant à la promotion de l'allaitement maternel.



Il apparaît que la plupart de ces femmes connaissent les bénéfices de l'allaitement pour la santé du bébé et le lien mère-bébé, mais ceux-ci ne sont pas supérieurs à ce qu'elles décrivent comme des contraintes de l'allaitement.

L'étude met en évidence six raisons données par ces femmes pour ne pas allaiter :

- Un manque de confiance dans leur capacité à allaiter leur bébé convenablement : les mères veulent prendre soin au mieux de leur bébé, ce qui est déjà compliqué, et tout ce qui les met en difficulté, comme les doutes sur la qualité ou la quantité de lait, est considéré comme une charge supplémentaire.
- La gêne d'allaiter en public : beaucoup de femmes vivent comme indécemment le fait d'allaiter devant les autres même si cela est discret. Elles disent que beaucoup d'hommes n'aiment pas que leur femme expose leurs seins pour allaiter.
- La peur que l'allaitement prenne trop de temps, soit incompatible avec une vie sociale, la reprise d'un travail ou la poursuite des études.
- Le manque de soutien de la part de la famille et des amis : le biberon est vu comme le moyen «civilisé» de nourrir les enfants dans l'entourage proche de ces femmes. Le père peut aussi critiquer la décision d'allaiter de la mère.
- L'hygiène de vie : beaucoup de femmes considèrent le fait de fumer, de boire, de manger de la nourriture de fast-food comme incompatible avec l'allaitement. Elles pensent qu'elles ne seront pas capables de changer leur régime alimentaire et leur style de vie, que ce serait des changements trop difficiles dans leur vie.
- La plupart des femmes, et encore plus les adolescentes, sont certaines que cela sera douloureux. Cette raison est aussi donnée comme cause d'arrêt de l'allaitement.

Le WIC a mis en place ce programme dans 55 états des USA.

[1] Best Start Social Marketing. Best Start's 3-step counseling strategy. Tampa, FL: Best Start Social Marketing, 1997.



Des expériences concluantes

A Chicago

Ce réseau d'accompagnantes à l'allaitement a été mis en place dans un quartier défavorisé de Chicago avec une visite prénatale, des visites quotidiennes pendant le séjour en maternité et trois visites après le retour à la maison. Les taux d'allaitement ont été comparés à un groupe contrôle où les femmes ont reçu une prise en charge standard.

Le taux d'allaitement à la naissance parmi les femmes se déclarant indécises pendant la grossesse s'approche de 80% pour les mères ayant bénéficié de la ressource d'un PraLLL, contre 33% pour les mères ayant reçu une prise en charge standard. A un mois, le taux d'allaitement est de respectivement 42% et 24%. A 6 mois, 8% des mères soutenues par un PraLLL allaitent encore tandis que les mères du groupe de contrôle ont toutes sevrer leur enfant.

A Mexico

Parmi des femmes enceintes qui souhaitent toutes allaiter, un groupe a été tiré au sort pour bénéficier de 6 visites d'une accompagnante à l'allaitement (2 en prénatal puis à 1, 2, 4 et 8 semaines post-partum), un autre groupe a bénéficié de 3 visites (1 en prénatal puis à 1 et 2 semaines post-partum) ; la prévalence de l'allaitement a été comparée avec un groupe contrôle.

A 2 semaines, le taux d'allaitement exclusif était de respectivement 80% (6 visites), 62% (3 visites) et 24% (groupe contrôle).

A 3 mois, le taux d'allaitement exclusif est de respectivement 67% (6 visites), 50% (3 visites) et 12% (groupe contrôle).

En Grande-Bretagne

180 programmes ont été développés dans ce pays.

Un chercheur en sociologie, indépendant de La Leche League Grande Bretagne, a étudié les statistiques disponibles pour 22 des 150 programmes en cours en 2007. L'augmentation des taux d'initiation de l'allaitement varie de 2 à 32 % selon les programmes. Elle est en moyenne de 14 %, soit très supérieure à l'augmentation des mêmes taux au niveau national pour la même période qui est de 6%. La meta-analyse publiée rapporte également des taux de satisfaction des Responsables de réseau, des Accompagnantes et des mères qui ont bénéficié du programme.



Un programme qui répond à des besoins spécifiques

L'allaitement maternel est une pratique qui interroge les milieux des professionnels de la santé périnatale, de la petite enfance mais aussi les chercheurs en sociologie et en psychologie. Ses déterminants sont complexes, variant selon les régions, les milieux socio-économiques et l'histoire individuelle des parents.

Aujourd'hui, les programmes Relais Allaitement sont développés dans plus de trente pays dont la Grande Bretagne, les États-Unis, la Nouvelle Zélande, l'Afrique du Sud, le Guatemala dans des communautés diverses pour augmenter la prévalence de l'allaitement en accord avec les objectifs de l'OMS et les politiques nationales.

Le PRALLL est l'adaptation française de ces programmes.

La mise en œuvre du PraLLL a été réalisée dans différents départements en France ainsi que dans des services de néonatalogie au sein de Centres Hospitaliers.

Les besoins en santé publique et en économie de la santé

Le non-allaitement implique une morbidité plus importante. Ainsi, une étude [1] s'est intéressée à la demande de soins la première année de vie des enfants selon leur mode d'alimentation.

En cas d'infections respiratoires hautes ou de gastroentérites, le nombre d'hospitalisations est multiplié par 3 ; en cas d'otites, le nombre de visites médicales augmente de 35 %.

Le non-allaitement a aussi un coût pour les familles, environ 6 % du revenu pour une famille monoparentale au SMIC.



Une étude réalisée en France [2] a montré qu'une augmentation de 5 % des taux d'allaitement impliquerait une économie des dépenses de santé de 2,5 M€ par an (chiffres de 1997).

Une évaluation du programme en Grande-Bretagne a permis d'estimer que le coût du programme était compensé par les économies en dépenses de santé associées à l'augmentation des taux d'allaitement[3].

[1] Ball TM, Wright AL. Health Care Costs of Formula-feeding in the First Year of Life. *Pediatrics*;103;870-6,1999. <http://www.pediatrics.org/cgi/content/full/103/4/S1/870>

[2] Leclercq AM. L'allaitement maternel : choix personnel, problème de santé publique ou question de finance publique—Mémoire de DESS en Économie et Gestion Hospitalière Privée. Université de Montpellier I, 1996.

[3] Battersby S, Aziz M, Bennett K, Sabin K. The cost-effectiveness of breastfeeding peer support, *BRITISH JOURNAL OF MIDWIFERY*, 12 (4), 2004.



Qui sommes-nous ?

Allaitement maternel-formation est le département de LLL France en charge de la formation continue des professionnels de santé sur l'allaitement maternel et les thèmes connexes.

Nous bénéficions au quotidien des nombreuses ressources, expertises et réseaux développés en France et au niveau international.

- La Leche League International est une ONG membre conseiller auprès de l'Organisation Mondiale de la Santé et membre du Conseil d'Administration des ONG de l'Unicef.
- LLL France est membre de l'IBFAN, International Baby Food Action Network.
- LLL France est membre fondateur de la CoFAM, coordination française pour l'allaitement maternel, et s'implique régulièrement dans ses actions.
- LLL International est à l'origine de la création du diplôme de Consultante en Lactation IBCLC. L'examen a été mis en place par LLL France pour la première fois en France et en français en 1992. Avec plus de 180 antennes locales et plus de 500 animatrices réparties sur l'ensemble du territoire, LLL France est la plus importante association de soutien de mère à mère en France.

Son site internet www.lllfrance.org reçoit plus de 2500 visites par jour et son réseau d'écoute téléphonique **01 39 584 584** traite en moyenne 80 appels par jour.



342 route de la mairie, 73360 Saint Pierre de Genebroz
amf-contact@lllfrance.org
09 63 00 03 80
www.allaitement-maternel-formation.com