



# Quand l'allaitement se prolonge: une expérience unique

Par Katy Cloutier, Le Gardeur, et Alexandrine Agostini, Montréal

La Voie Lactée poursuit dans ce numéro sa grande rencontre avec Alexandrine Agostini. Et quel thème approprié que celui de l'allaitement en prolongation pour la porte-parole de la *Ligue La Leche!* Son fils, Sacha, a près de deux ans et demi, et l'allaitement fait partie du quotidien familial. Une poursuite toute naturelle, une expérience enrichissante, des moments privilégiés. Voici le témoignage d'une maman unique.

✦ **La Voie Lactée: Peu de mamans poursuivent l'allaitement au-delà de six mois, encore moins au-delà de 12 mois. Pourquoi, selon toi, la situation n'est-elle pas différente?**

✦ **Alexandrine Agostini:** J'aime préciser : peu de mamans dans les sociétés occidentales et industrialisées! Dans le reste du monde, y'en a une maudite belle gang qui allaite à fond! (rires) Pour intégrer une idéologie dans un quotidien, dans une pensée commune, par exemple celle de l'allaitement, personnellement, je crois que ça s'applique à l'intérieur d'une population : ça prend des références, une culture, une habitude de voir les femmes allaiter. Des nourrissons, des bébés et des bambins. Alors seulement une volonté sociale et politique pourra installer les structures pour faciliter ce quotidien.

Tu parles des mères, mais en réalité, cette question se mêle (et s'emmêle!) dans deux sphères distinctes: privé et société. Personnellement, je crois que ça demande une certaine conscience, un certain vécu pour faire le choix de se réapproprier son propre pouvoir. Je parle de s'écouter, se faire confiance et aussi apprendre à aller chercher du soutien. Un réel soutien, pas une solution de rechange, ni un prix de consolation! Des moyens concrets pour protéger la dyade maman/bébé. Et là on est forcément devant un choix de société.

Il y a, d'une part, les familles, le milieu communautaire, les groupes bénévoles et les gens qui oeuvrent dans ce que j'appelle globalement « l'alternative », en santé et en éducation, notamment. Tous ces milieux émergent (ou se noient?) dans ce que je nomme « la voie officielle »: l'industrie pharmaceutique, nos lois, le système d'éducation, la culture et la place accordée politiquement à l'environnement. Et à

travers tous ces secteurs, toute l'information et les ressources se créent, se transmettent (ou pas) et sont reçues (ou pas!) par chaque croyance personnelle de chaque individu de la société. Chaque ministre, chaque parent, chaque enseignant, chaque médecin, chaque sage-femme, chaque directrice de multinationale ou d'école primaire vit avec son propre système de croyances personnelles. Ça en fait du stock pour qu'une société prenne des décisions! Nos croyances changent et évoluent... mais à quel rythme?

J'observe un tournant majeur avec le retour de l'alimentation biologique, le souci d'étiquetage, le commerce équitable, les choix écologiques, les options holistiques en éducation ou en santé... Nos perceptions changent. On recommence à désirer une cohérence entre nos valeurs et notre environnement. Par exemple, en juin dernier, au congrès de la LLL, j'ai eu la grande joie de rencontrer des femmes qui ont choisi de rester avec leurs enfants en bas âge, au lieu de retourner, je tiens à le préciser, contre leur gré, sur le marché du travail. Elles venaient de différents horizons. Certaines possédaient une maîtrise, même un doctorat et parfois de gros salaires annuels! Elles ont boudé les conventions, le capitalisme, les phrases toutes faites! Elles ont boudé la peur des autres. Je ne dis pas que retourner exercer son métier est une décision basée sur la peur. Je dis que lorsque tout notre être préfère, exige, *huuurle* une chose (dans ce cas-ci: vivre les premières années de nos enfants avec eux), faire le contraire nous afflige d'une telle violence! Je sais qu'il y a des conditions particulières, des mères seules, monoparentales, etc. (Et ce n'est pas parce que je dis « particulière » que ce n'est pas répandu. C'est tellement triste...) Ces femmes de l'atelier de la LLL, animé par Antoinette Geha: « Mamans à la maison: les nouvelles rebelles » ont choisi de suivre leur propre rythme. Je trouve cela bouleversant! Ça me remplit d'espoir pour l'humanité!

Le féminisme nous a amené, entre autres, à accéder à des moyens, des études, des postes qui auparavant n'étaient destinés qu'aux hommes. Ces femmes avaient bien raison de revendiquer une indépendance, de vouloir sortir d'un carcan! Je les remercie. Maintenant, ma vision du féminisme est aussi, plus que jamais, interpellée par ces femmes qui

désirent une autonomie dans leur conception du maternage. Que ce soit une grossesse à l'image de leurs valeurs, accoucher comme elles veulent, un retour au travail reporté dans le temps, l'allaitement qu'on souhaite poursuivre après la première année, l'école à la maison... Il existe sur Internet un forum extraordinaire et très dynamique où on peut échanger : la MAMANliste, du Groupe MAMAN (Mouvement pour l'autonomie dans la maternité et pour l'accouchement naturel. Leur site vaut le détour : [www.groupemaman.org](http://www.groupemaman.org)).

Comme femme féministe, je désire des structures dans notre société qui éviteraient aux mères d'être appauvries parce qu'elles ont à coeur de vivre un temps, déterminé ou pas, avec leurs enfants. Qu'elles soient soutenues et reconnues pour leur apport à la société. Il y a tant d'exemples! On veut des garderies au service de la famille... et non l'inverse! J'en parle dans la revue MAMANzine 2008. Personne ne pose la question pourquoi on voit autant de seins dans les publicités, à la télé, dans les magazines, sur les panneaux... jusque sur les autoroutes!... mais jamais de seins qui allaitent?! Ça me fait beaucoup réagir! J'ai tellement le goût de la faire, cette pub! (rires)

Je pense aussi profondément qu'à la base, l'apprentissage du discernement, par rapport à l'obéissance, est essentiel. Encore une fois, tous nos choix, individuels ou de société, sont une affaire de croyance. Y compris allaiter ou pas, puisque c'était ta question initiale! Je crois même que, lorsqu'on divulgue une information, ce qui fait pencher la balance, c'est ce que les gens retiendront de leurs propres pensées pendant qu'on les informe et non l'information elle-même!

#### ✦ **LVL: Sacha a 28 mois, pourquoi fais-tu le choix de continuer de l'allaiter?**

✦ **AA:** Je ne me pose pas la question! (rires) Ou plutôt, je me demande: pourquoi et comment arrêter d'allaiter. Pas quand. (Je précise que je fais partie des « chanceuses » pour qui, avec ce premier enfant, c'est simple. Mon bébé a toujours bien bu, je ne sais pas ce que c'est qu'une mastite, nous n'avons eu à subir aucune intervention médicale... Je sais qu'on peut allaiter avec toutes ces difficultés, mais quand même, c'est pour dire comment pour nous, c'était facile.)

Après la première année, il y avait toujours ce rapport fusionnel... que je revendique! (Merci à ma si chère cousine qui a été la première personne à m'inspirer pour cette façon de mater. Ma chère Bénédicte que je ne me lasse pas de remercier car elle m'a fait connaître Dr Sears et la LLL!) Ce type de maternage nous nourrit tous les deux, mon fils et moi, dans tous les sens du mot. Et même tous les trois, avec le papa. C'est vrai que certains mois furent plus éreintants

que d'autres. Dans mon cas, surtout entre le douzième et le seizième. J'étais prise dans une spirale de cauchemars/réveils qui se multipliaient. Les nuits houleuses du petit me broyaient le système nerveux... J'aurais donné un ou deux quarts nocturnes à mon chum... mais pas à un biberon. Question de croyance! (rires) Les livres de la LLL: « À propos du sevrage... quand l'allaitement se termine » et « La mère, le bambin et l'allaitement » n'ont cessé de me confirmer dans mes choix.

Ce type de maternage nous nourrit tous les deux, mon fils et moi, dans tous les sens du mot. Et même tous les trois, avec le papa.

Je dois absolument préciser que Samuel m'a toujours soutenu, de toutes les façons possibles, et c'est certain qu'une mère supportée et encouragée par son amoureux aura toujours beaucoup plus de chances de poursuivre un allaitement sur une période qui se calcule en mois ou en années (plutôt qu'en semaines) et de vivre un sevrage naturel, en tout cas progressif.

Je veux mentionner la question de la place de l'intimité dans le couple versus l'allaitement. Voici une anecdote tirée de « La mère, le bambin et l'allaitement ». Une femme relate que « ces jours-ci » son mari, qui l'avait toujours appuyé dans ses choix de maternage, dit souhaiter qu'elle sèvre. Ça l'embarrasse: ni elle, ni son bébé n'en sont à cette étape. Le pédiatre, fin psychologue, lui rétorque: « Votre mari a besoin de plus d'attention. » Excellente remarque! (rires)

Pourquoi ai-je continué d'allaiter...Hum...Je pense qu'on recherche inlassablement ce qui nous a manqué. Le trou, l'abandon, nous paralyse ou nous fait courir vers... un substitut. Substitut qui pourra calmer momentanément mais ne remplacera jamais. Encore une fois, ce sont mes croyances. La sécurité des premières années nous donne confiance et nous rend autonome. Mon fils et moi, nous sommes abreuvés, délectés à souhait de notre odeur, notre chaleur, notre peau... C'est très joyeux, très réconfortant, très sensuel comme relation. Ça donne de l'appétit, ça donne envie d'apprendre, en fait, ça nous donne le goût de vivre!

D'ailleurs lorsqu'il boit ces temps-ci, il s'interrompt, montre mon sein du doigt et me dit, le plus sérieusement du monde : « du bon lait. » (rires) Les enfants d'une amie que j'aime beaucoup avaient l'habitude de demander « du lait du frigo » pour un verre de lait de vache, mais lorsqu'ils désiraient boire au sein, ils disaient : « du bon lait »! (rires) Pour en revenir à Sacha, puisqu'il va sur ses deux ans et demi, l'allaitement s'espace dans le temps. Peu à peu, il manifeste

son besoin de s'éloigner du nid, de mes bras, de mon regard... L'allaitement dit « en prolongation » (ça me fait toujours rire ce mot, prolongation; ça me fait penser aux parties de hockey : ah le match n'est pas terminé, alors on prolonge!) appelle ce type de maternage fondateur.

Oui, depuis quelques mois, je me permets parfois de le faire attendre, de lui offrir à boire ou à manger, plutôt que la tétée systématique. Nourrisson, il était impensable pour moi de ne pas répondre sur-le-champ à ses besoins. Devenu bébé, parfois je lui disais « Donne-moi deux minutes, s'il te plaît, je termine de laver ces trois verres et après je te donne le sein. » Bamin, on a encore plus de latitude. Un jour, j'ai entendu une amie corriger gentiment son fils de deux ans, au sein : « Il faut que ce soit agréable pour nous deux! » Très juste!

Encore aujourd'hui, je constate bien des avantages à poursuivre. Par exemple, après une chute: bien utile de savoir si le sein reconforte, car dans le cas contraire, je sais rapidement si la blessure est plus grave et nécessite un autre type d'intervention. Le plus important reste de suivre notre rythme. Par contre, la question du sevrage nocturne me tourne autour! (rires) La relation d'allaitement, aussi merveilleuse et amoureuse qu'elle puisse être, n'est pas qu'idyllique et j'ai parfois besoin, moi aussi, de repos. Votre porte-parole est une maman humaine... Et ceci n'est pas juste une belle phrase philosophique sur un étendard! (rires) Comme notre Ligue! Toutes des mamans ... humaines! (rires) Souvent, Sacha n'a pas le goût d'être allaité pendant plusieurs heures d'affilées, et à son âge, je ne propose presque jamais, sauf parfois pour le tranquilliser, après une crise... Hum y a-t-il des parents de «Terrible Two» dans la salle?! (rires) Et aussi, avant la nuit. Mais je profite aussi des bras de son papa, qui a tellement l'air pour l'endormir!

✦ **LVL: Que faut-il faire pour que l'allaitement devienne un mode de vie? Pour que les nouvelles mamans ne se posent plus la question à savoir si elles vont allaiter ou non, mais qu'elles allaitent instinctivement?**

✦ **AA:** J'ai répondu en partie à cette question au début. J'aimerais ajouter que dès la naissance, la tendance actuelle dans le milieu médical traditionnel (hôpital, CLSC, etc.) est encourageante. J'ai été agréablement surprise lorsqu'on m'a remis, à ma sortie de l'hôpital, le guide pratique « Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans » (version 2006), où à la page 174, il est inscrit: « Au Canada, comme partout dans le monde, les professionnels de la santé recommandent que les bébés soient nourris uniquement de lait maternel les six premiers mois de leur vie. Avec l'ajout d'aliments complémentaires, l'allaitement peut se poursuivre ensuite pendant 2 ans et même au-delà. (...) »

« Le lait maternel a la propriété de s'adapter aux besoins de



vos enfants selon son âge. » Page 304 : « Règle d'or: le lait maternel constitue encore un aliment de premier choix pour l'enfant de un à deux ans. N'hésitez pas à donner le sein à votre petit aussi souvent que vous et lui le souhaitez. » Hey! On n'est pas dans une lecture pointue, là! Au Québec, c'est le manuel que toutes les mères reçoivent pendant leur grossesse! Je trouve que ça optimise les perspectives de l'avenir. Encore une fois, il ne s'agit pas de convaincre, surtout pas de culpabiliser, mais d'informer et de soutenir.

✦ **LVL: Justement, est-ce possible qu'un jour, toutes les mères allaitent sans se poser la question?**

✦ **AA:** Mmmm... Disons que j'ai quelques phantasmes! (rires) En fait, je rêve à un paysage où l'acte d'allaiter serait, d'une part, commun (donc naturel et donc... habituel!) mais aussi, tendrait vers la notion de « bien commun », qu'il ferait partie du tissu social, de la richesse humaine, culturelle, et serait inclus dans le calcul du capital financier du pays! N'est-ce pas la formidable initiative de la Norvège? Notre inconscient collectif se souviendrait qu'allaiter est la norme dans toutes les autres sociétés, depuis le début des temps.

Un Québec un peu plus près de la philosophie du Dr Sears, du Dr Jack Newman... plutôt que celle du Dr Spock! Lors d'une entrevue avec Josée Blanchette (« Le Devoir », 6 juin 2008) sur l'allaitement, à propos de sevrage naturel, je mentionnais: « L'idée d'une société où le sevrage serait exclusivement graduel ou naturel est utopique: un monde parfait, rond et plein comme un oeuf! Mais seule la conscience ou l'instinct de cet idéal peut créer des bulles parfaites, des espaces de compassion dans un monde imparfait. » ■

