

PROTÉGEONS L'ALLAITEMENT

Les banques alimentaires ont un rôle à jouer

Claudia se présente à la distribution de denrées alimentaires et vous demande si vous pourriez lui donner quelques boîtes de préparations commerciales pour nourrissons. Elle allaite son bébé, mais s'inquiète du fait qu'il semble toujours vouloir être au sein.

Sauriez-vous quoi faire? Comment soutenir Claudia?

Par leur mission de lutte contre l'insécurité alimentaire, les banques alimentaires ont un rôle important à jouer pour contribuer à protéger l'allaitement.



« Les collectivités canadiennes doivent favoriser la création de milieux de vie dans lesquels l'allaitement constitue le choix le plus facile pour toutes les femmes et leurs enfants¹ » *Agence de la santé publique du Canada*

L'allaitement dans les familles en insécurité alimentaire

Paradoxalement, les femmes les plus précaires sont les moins susceptibles d'allaiter, alors que le lait maternel est l'aliment le moins cher, le plus sûr et le plus facilement accessible. Les femmes en situation d'insécurité alimentaire allaitent leur nourrisson deux fois moins longtemps que celles en situation plus aisée. La moitié d'entre elles cesseraient l'allaitement exclusif après deux mois seulement².

Distribuer des PCN n'est pas anodin

La distribution généralisée de PCN aux personnes allaitantes et enceintes nuit à l'allaitement. Elle ébranle la confiance des femmes en leur capacité à allaiter et à subvenir aux besoins de leur enfant. Cela peut même envoyer le message que le recours aux PCN est essentiel.

De plus, le recours aux PCN – même une seule fois – peut entraîner une modification de la prise au sein du bébé et une diminution de la production lactée de la mère.

Donner des PCN pour «aider» une personne qui allaite peut donc avoir l'effet inverse. Ce geste peut l'empêcher d'allaiter aussi longtemps qu'elle le souhaitait d'emblée, augmenter sa dépendance aux PCN et alourdir son fardeau financier.

Un code pour protéger toutes les familles

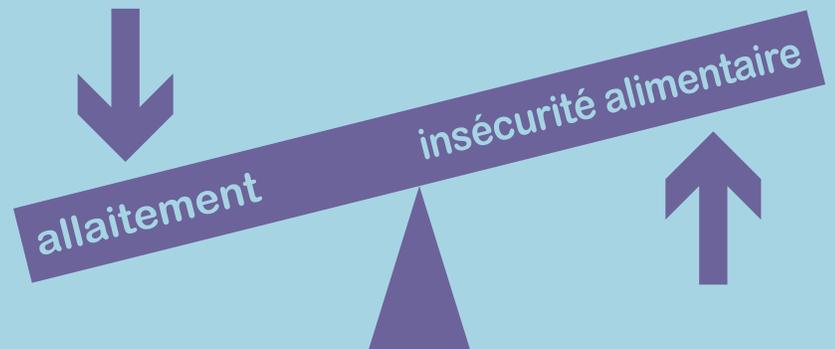
L'instauration de pratiques favorables à l'allaitement, dans le respect de toutes les familles, constitue une solution durable essentielle à toute stratégie de lutte contre la faim.

Afin de protéger l'allaitement, tout en assurant une utilisation correcte des PCN et des produits connexes lorsque c'est nécessaire, le Canada est signataire du *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel*^B (le Code), adopté en 1981 par 118 pays. Depuis, ce Code est régulièrement bonifié par des résolutions de l'Assemblée mondiale de la Santé⁴. Son but n'est pas d'interdire l'utilisation de ces produits, mais plutôt de veiller à ce qu'ils ne soient pas « distribués par des méthodes susceptibles de nuire à la protection et à la promotion de l'allaitement au sein ».

Le fardeau financier des PCN

L'arrêt prématuré de l'allaitement comporte un coût financier majeur. La nécessité d'acheter des PCN accapare une grande partie des ressources financières des familles et contribue à aggraver l'insécurité alimentaire⁵.

Le coût pour l'achat de PCN de base (sans compter les biberons, tétines, etc.) est d'environ 85 \$ par mois⁶. Bien que les personnes admissibles au Programme d'aide sociale puissent recevoir une prestation pour le soutien à l'achat de PCN, le montant à déboursier peut tout de même grimper jusqu'à 35 \$ par mois. Inversement, la prestation pour l'allaitement est de 55 \$ par mois⁷.



La protection de l'allaitement est un effort collectif auquel les banques alimentaires ont le pouvoir de contribuer.

« Lorsque Claudia est venue me demander des boîtes de PCN pour son bébé, j'ai d'abord pris quelques minutes avec elle pour la rassurer quant à la qualité de son lait. Je l'ai ensuite orientée vers la ressource communautaire en allaitement de son secteur afin qu'elle obtienne tout le soutien nécessaire et regagne confiance en ses capacités. Chaque fois que cela est possible, je mets plus de denrées dans son panier de provisions pour l'aider à s'alimenter, car nourrir maman, c'est aussi contribuer à nourrir bébé. »

Intervenante dans une banque alimentaire

LE SAVIEZ-VOUS ?

Santé Canada, entre autres, recommande de poursuivre l'allaitement **jusqu'à deux ans ou plus**, accompagné d'aliments complémentaires appropriés à partir de six mois⁸.

Les femmes produisent un **lait nutritif et parfaitement adapté** aux besoins nutritionnels de leur enfant, et ce, même si leur alimentation est précaire (sauf rares exceptions).

L'allaitement, à l'instar de la grossesse, **augmente les besoins nutritionnels** des femmes (en calories). Prendre en considération ces besoins contribue à les soutenir.

Il est fréquent que les femmes s'inquiètent de ne pas produire suffisamment de lait et soient tentées de recourir aux PCN. Or, la plupart d'entre elles ont **une production lactée suffisante** pour subvenir aux besoins de leur enfant. Un **accompagnement par une ressource communautaire en allaitement** permet de rassurer les familles et, au besoin, de trouver des solutions.

Il n'y a **pas de preuve scientifique** qu'une marque de PCN est meilleure qu'une autre; leur qualité est comparable.

Les aliments de base conviennent aux tout-petits pour compléter le lait maternel ou les PCN. **Ils n'ont pas besoin d'aliments ou de boissons transformés**, qui sont généralement plus chers et souvent trop sucrés. Certains laits pour bambins sont même déconseillés⁹.

Le rôle des banques alimentaires n'est pas de refuser de donner des PCN, mais de s'assurer de donner la réponse la plus adaptée à chaque situation.

PRODUITS VISÉS

par le *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel*

- Tous les aliments et boissons pour les moins de 36 mois
- Les biberons et tétines
- Les sucres



L'article 6.7 du Code précise que pour les produits provenant de dons qui sont distribués à l'extérieur, l'institution «*devrait prendre des mesures pour garantir que les stocks pourront être entretenus aussi longtemps que les nourrissons concernés en auront besoin. Les donateurs ainsi que les institutions ou organisations concernées ne devraient pas perdre de vue cette responsabilité.*»³

DES PRATIQUES INSPIRANTES

pour répondre aux besoins de toutes les familles

Avoir une **politique claire** qui balise la distribution des produits visés par le Code permet de donner la réponse la plus adaptée dans toutes les situations tout en protégeant l'allaitement (par exemple un enfant qui nécessiterait un complément d'urgence ou qui serait déjà sevré).

Certaines femmes ont besoin d'**accessoires d'allaitement** qui peuvent être inclus dans les collectes de dons (compresses, sacs de congélation de lait maternel, coussins d'allaitement, porte-bébé, etc.).

Les femmes qui reçoivent des PCN doivent être informées quant à la **façon sécuritaire de donner des PCN** au bébé ainsi qu'à la conservation adéquate de ces produits, notamment le respect de la date de péremption.

Rendre les produits visés par le Code accessibles sur demande seulement et **les garder hors de vue** permet d'éviter d'en faire la promotion.

Une façon simple de répondre aux besoins des familles qui ont des questions ou qui traversent une difficulté est de les diriger vers une **ressource communautaire en allaitement**. À cet effet, du matériel promotionnel fourni par les organismes partenaires peut être exposé et distribué.

Une vigilance accrue quant aux dons de PCN de la part des fabricants et distributeurs commerciaux réduit les risques de donner involontairement une **visibilité non souhaitable** à un produit ou à une marque.

Les banques alimentaires peuvent contribuer à protéger l'allaitement en veillant à ce que leurs pratiques soutiennent adéquatement les femmes qui souhaitent poursuivre l'allaitement et en offrant la réponse la plus adaptée aux familles dont la situation nécessite des PCN.

Références

1. Agence de la santé publique du Canada. (2014). *Protéger, promouvoir et soutenir l'allaitement maternel: un guide pratique pour les programmes communautaires*. <https://allaiterauquebec.org/bibliothequevirtuelle/items/show/1565>
2. Orr, S. K., et coll. (2018). Relation between household food insecurity and breastfeeding in Canada. *Canadian Medical Association Journal*, 190(11), E312. <https://doi.org/10.1503/cmaj.170880>
3. Organisation mondiale de la santé. (1981). *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel*. <https://allaiterauquebec.org/bibliothequevirtuelle/items/show/1619>
4. International Code Documentation Centre. (2019). *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel: résolutions subséquentes de l'Assemblée mondiale de la Santé*. <https://allaiterauquebec.org/bibliothequevirtuelle/items/show/1722>
5. Venu, I., et coll. (2017). The breastfeeding paradox: Relevance for household food insecurity. *Paediatrics & Child Health*, 22(4), 180-183. <https://doi.org/10.1093/pch/pxx067>
6. Infact Canada. (2004). *Breastfeeding and Food Security: The High Cost of Formula Feeding*. http://infactcanada.ca/Breastfeeding_and_Food_Security.pdf
7. Emploi-Québec. (2017). *Pour un bébé et une mère en bonne santé*. https://www.emploi-quebec.gouv.qc.ca/uploads/tx_fceqpubform/SR_depliant_Prestations_Speciales.pdf
8. Énoncé conjoint de Santé Canada et coll. (2012). *La nutrition du nourrisson né à terme et en santé: recommandations de la naissance à six mois*. <https://allaiterauquebec.org/bibliothequevirtuelle/items/show/1746>
9. Choi Y., et coll. (2020). US toddler milk sales and associations with marketing practice. *Public Health Nutrition* 23(6), 1127-1135. <https://doi.org/10.1017/S1368980019003756>



Votre référence en
environnements favorables
à l'allaitement

MouvementAllaitement.org



Nourrir la vie d'une femme
enceinte, d'un nouveau-né
et d'une famille à la fois

dispensaire.ca

RESSOURCES EN ALLAITEMENT

Ressources communautaires

Des personnes formées

Les intervenantes et les bénévoles des ressources communautaires en allaitement ont reçu une formation de base leur permettant de répondre à toutes sortes de questions. Elles sont aussi en mesure de déceler les difficultés d'allaitement les plus courantes et de proposer des pistes de solutions.

Du soutien par les pairs

Le soutien par les pairs a un effet positif sur la durée et l'exclusivité de l'allaitement^{1,2}. Ayant elles-mêmes déjà allaité un enfant, les bénévoles en allaitement accompagnent les femmes et les personnes qui allaitent afin de les aider à atteindre leur objectif. Les services peuvent être offerts à distance ou en présentiel, en rencontres individuelles ou lors d'activités de groupe. Pour être optimal, le jumelage avec une bénévole devrait se faire dès la grossesse.

Découvrez les ressources communautaires en allaitement

Par régions du Québec :

mouvementallaitement.org/ressources

Ailleurs au Canada :

safelyfed.ca/canadian-breastfeeding-resources

Références

1. Dennis CL. (2002). Breastfeeding initiation and duration: a 1990-2000 literature review. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs* 31(1):12-32. <https://doi.org/10.1111/j.1552-6909.2002.tb00019.x>
2. McFadden A, et coll. (2017). Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database Syst Rev* 2(2):CD001141. <https://doi.org/10.1002/14651858.cd001141.pub5>.

Quand faire appel à ces ressources ?

En tout temps, y compris pour des besoins ponctuels ou des inquiétudes lors d'une situation particulière, telle qu'une séparation de l'enfant et du parent allaitant ou le sevrage.

Se limitent-elles à l'allaitement ?

Les services offerts sont variables. Concernant le parentage et l'alimentation des tout-petits, ces ressources peuvent au besoin diriger les personnes vers les sources fiables d'information et les services appropriés.

Consultantes en lactation (IBCLC)

Des professionnelles certifiées

Les consultantes en lactation, ou *International Board Certified Lactation Consultant* (IBCLC), sont des professionnelles en allaitement qui possèdent une expertise clinique. Les IBCLC sont certifiées par l'International Board of Lactation Consultant Examiners.

Des services spécialisés en allaitement

Les IBCLC sont encadrées dans leurs interventions par un champ de pratique et un code de déontologie. Elles sont habilitées à effectuer des évaluations complètes afin de résoudre des problématiques liées à l'allaitement qui sont persistantes ou complexes. Les IBCLC travaillent dans le réseau de la santé, les organismes communautaires, les pharmacies, les cliniques spécialisées en allaitement, les cliniques médicales ou en pratique privée.



Votre référence en environnements favorables à l'allaitement

MouvementAllaitement.org

Avec la participation financière du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec