

# ALLAITEMENT

Des mères et des enfants en  
meilleure santé – toute la vie

# ALLAITEMENT

## Des mères et des enfants en meilleure santé – toute la vie

- L'allaitement s'accompagne d'avantages considérables pour la santé de la mère et de l'enfant – les preuves scientifiques sont là.
- Les avantages de l'allaitement maternel sous l'angle de la santé et de l'économie sont énormes: l'augmentation des taux d'allaitement dans le monde permettrait de sauver des milliers de vies et contribuerait à hauteur de milliards de dollars à l'économie mondiale.
- Actuellement, moins de 50% des bébés de moins de six mois sont nourris exclusivement au lait maternel, tandis que dans les pays à revenu élevé, le taux d'allaitement n'atteint que 20% chez les enfants âgés de 12 mois
- Les hôpitaux peuvent favoriser l'allaitement. Le personnel de santé joue un rôle clé. En Suisse, ce sont surtout le rooming-in et l'abandon des préparations pour nourrissons qui ont permis de prolonger l'allaitement.

### L'allaitement dans le monde

Au cours de ces 25 dernières années, de nombreuses initiatives ont été lancées pour encourager l'allaitement. Pourtant, l'objectif fixé par l'Organisation mondiale de la santé reste lointain: d'ici à 2025, élever à 50% au moins le taux d'allaitement exclusif au cours des six premiers mois.

Les avantages de l'allaitement sur le plan de la santé et de l'économie sont énormes: il est démontré que l'allaitement protège mères et enfants contre les maladies, qu'il peut sauver des vies et contribuer de manière significative à l'économie mondiale.

La plupart des mères commencent d'allaiter après la naissance. Pourtant, moins de 50% de tous les bébés de moins de six mois sont nourris exclusivement au lait maternel. Une situation qui doit changer.

### L'allaitement en Suisse

Au cours de la période allant de 1960 à 1980, les mères ont été de moins en moins nombreuses, en Suisse, à allaiter leurs enfants. Un changement de tendance s'est dessiné après 1980 et l'allaitement maternel

est devenu la norme. Aujourd'hui, en Suisse plus de 90% des mères commencent d'allaiter leur enfant et la durée de l'allaitement a augmenté de manière substantielle depuis les alentours de 1990. Alors qu'en 1994, plus de 60% des bébés étaient encore allaités au 4e mois, le pourcentage atteignait 77% en 2003 et même 80% en 2014.

L'initiative «Hôpital Ami des Bébé» («Baby Friendly Hospital Initiative» (BFHI)) a été lancée en Suisse en 1994 par l'UNICEF et l'OMS et a été couronnée de succès au cours des dix premières années. Le nombre des établissements certifiés «amis des bébés» a augmenté jusqu'à 65 et en 2009, une bonne moitié des bébés sont nés dans des hôpitaux amis des bébés. Mais il y a des sujets d'inquiétude: d'abord, les recommandations de la Société Suisse de pédiatrie d'allaiter exclusivement les bébés jusqu'à cinq ou six mois sont loin d'être suivies. Seuls 11% des mères nourrissent leurs bébés exclusivement au lait maternel durant six mois au moins, contre 37% dans les pays à bas et à moyen revenu.

Actuellement, les bébés sont nourris exclusivement au lait maternel pendant trois mois en Suisse alémanique et en Suisse italienne, tandis qu'ils le sont pendant 1.5 mois en Suisse romande.

Ensuite, on constate depuis 2009 et, plus fortement, depuis 2012, un recul du nombre des hôpitaux amis des bébés. Actuellement, seuls 29 établissements hospitaliers sont encore certifiés « amis des bébés » en Suisse et en 2015, un tiers seulement des bébés sont nés dans des hôpitaux certifiés. Cette tendance à la baisse est un sujet d'inquiétude, d'autant plus qu'en 2015, dans le cadre du dialogue gouvernemental sur l'état d'avancement de la mise en œuvre de la Convention des droits de l'enfant, il a été recommandé à la Suisse de redoubler d'efforts pour augmenter le nombre des hôpitaux amis des bébés.

### Les facteurs déterminants pour l'allaitement maternel

Le comportement en matière d'allaitement est influencé par des facteurs socio-économiques, culturels, historiques et individuels (voir l'illustration 1). Ces facteurs ont une influence sur la décision de commencer d'allaiter, l'allaitement exclusif et la durée de l'allaitement. Les grossesses à risque, les longs séjours hospitaliers, les naissances prématurées, les maladies de la mère ainsi que la distribution gratuite de succédanés du lait maternel peuvent repousser le début de l'allaitement. Les expériences et les pratiques des femmes de la famille ne sont pas seules à influencer la durée de l'allaitement et sa fréquence; les pères aussi jouent un rôle: il a pu être démontré que les femmes dont le conjoint est favorable à l'allaitement allaitaient plus longtemps.

Malgré les nombreux avantages liés à l'allaitement maternel, beaucoup de femmes n'obtiennent pas le soutien nécessaire et se heurtent tous les jours à des obstacles. Dans les pays à haut revenu, ce sont en particulier les mères à faible revenu, dont le niveau de formation est bas, qui allaitent plus rarement. La durée de l'allaitement, courte dans l'ensemble, constitue un défi particulier dans le cas de ces femmes. De surcroît, chez les femmes qui rencontraient des difficultés à allaiter pour leur premier enfant, la probabilité qu'elles n'allaiteront pas les enfants suivants est plus élevée. De nouvelles données recueillies en Suisse montrent aussi que la reprise du travail influence fortement la décision des mères de cesser relativement tôt d'allaiter.

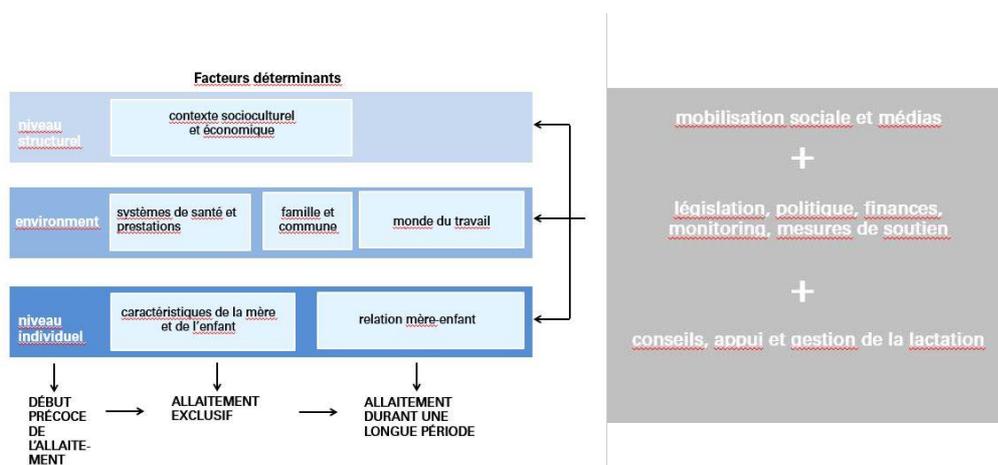


Illustration 1: Composantes constituent les conditions cadre pour un environnement favorable à l'allaitement – Modèle selon Rollins (Rollins et al. 2016, p. 492; traduction)

L'année dernière, l'état des connaissances concernant les effets de l'allaitement a fait une nouvelle fois l'objet d'un examen systématique; les informations des études existantes ont été rassemblées et complétées par les données fournies par des études portant sur les aspects économiques de l'allaitement maternel. Les résultats ont été publiés en 2016 dans Lancet, l'une des revues médicales les plus renommées, et ils constituent pour l'heure l'information la plus actuelle et la plus complète concernant l'allaitement. Ils montrent que l'allaitement a de nombreux effets positifs à court terme et à long terme sur la santé de la mère et de l'enfant. Il se pourrait même qu'aucun autre comportement en matière de santé ait des effets positifs aussi multiples.

### Effets de l'allaitement sur la mère

Le nouvel examen des études existantes indique les avantages suivants pour la santé maternelle: en empêchant la menstruation, l'allaitement augmente l'espace entre deux naissances et réduit, selon une haute probabilité, le risque de développer du diabète (type 2). Parmi les effets à long terme, il faut relever en particulier le risque réduit de contracter un cancer du sein et un cancer des ovaires. Chaque année d'allaitement réduit de 4% le risque d'un cancer du sein invasif. Le risque de contracter un cancer des ovaires diminue aussi en fonction de la durée de l'allaitement. A l'échelle du globe, on estime que l'allaitement prévient jusqu'à 20'000 décès par an dus au cancer du sein. Si la pratique de l'allaitement était plus étendue, il serait possible d'empêcher 20'000 autres décès. Comme la Suisse fait partie des pays dans lesquels la prévalence des taux de cancer du sein est élevée, ce constat revêt une grande importance pour notre pays.

### Effets de l'allaitement maternel sur l'enfant

Les effets positifs de l'allaitement maternel sur les enfants dans les pays à revenu faible, moyen et élevé sont considérables. Dans les pays à faible et à moyen revenu, les enfants allaités pendant une assez longue durée sont moins sujets aux infections et leur mortalité est nettement plus faible. Il est démontré que l'allaitement maternel protège contre les diarrhées et les pneumonies, les deux causes de décès principales chez les enfants de moins de cinq ans dans ces pays. En outre, le nombre des infections des maladies respiratoires inférieures a pu être réduit de 34% chez les enfants de moins de deux ans. Près de la moitié des épisodes diarrhéiques et un tiers de toutes les infections du système respiratoire pourraient être prévenus grâce à l'allaitement, de même que 57% des séjours hospitaliers occasionnés par ces maladies.

Dans les pays à haut revenu, l'allaitement s'accompagne d'une réduction de 36% de la mort subite du nourrisson. L'allaitement maternel est aussi associé à une réduction de 58% de l'entérocolite nécrosante, la maladie intestinale la plus courante et la plus grave chez les nouveau-nés prématurés. Au cours des deux premières années de la vie, l'allaitement réduit les otites aiguës d'un tiers et offre peut-être même une protection supplémentaire contre les rhinites allergiques chez les enfants de moins de cinq ans. Les effets positifs de l'allaitement maternel sont donc importants, également dans les pays industrialisés.

Mais l'allaitement maternel a aussi des effets à long terme sur le développement de l'enfant: si l'allaitement maternel est pratiqué pendant une assez longue durée, la probabilité que l'enfant présente une surcharge pondérable et développe un diabète de type 2 est faible. On a constaté aussi une réduction de 19% de l'incidence de la leucémie durant l'enfance.

Le développement cognitif de l'enfant tire également profit de l'allaitement maternel. Une étude de longue durée réalisée au Brésil de la naissance jusqu'à l'âge de 30 ans a montré que l'allaitement maternel entraînait de meilleures capacités cognitives chez l'enfant, indépendamment de la catégorie de revenu et

indépendamment du QI de la mère. Dans cette étude, l’allaitement maternel s’accompagnait dans les tests d’intelligence d’une hausse moyenne du QI de 3 points. Ces résultats ont été mis en doute dans un premier temps – ce qui a débouché sur une analyse systématique de l’état des connaissances. Plusieurs études ont montré que le développement cognitif meilleur s’accompagnait de meilleurs résultats scolaires et de meilleures chances de formation, ce qui conduit plus tard à un revenu plus élevé et à une productivité plus élevée.

### La contribution des systèmes de santé et des hôpitaux

L’allaitement maternel ne relève pas seulement de la responsabilité de la femme – il y a aussi une responsabilité collective. Les pratiques des mères en matière d’allaitement peuvent également être influencées positivement par les systèmes de santé. Les initiatives des Hôpitaux Amis des Bébé font partie de ces mesures, tout comme les conseils dispensés aux mères, de manière générale, ainsi que la formation du personnel de santé concernant la pratique de l’allaitement. L’initiative «Hôpital Ami des Bébé» lancée par l’UNICEF et l’OMS a été en réalité une réussite: l’allaitement exclusif a augmenté dans le monde chez la moitié de toutes les mères. L’allaitement jusqu’au sixième mois de l’enfant a augmenté de 66%. Cette initiative a eu des effets positifs à la fois sur la précocité du début de l’allaitement (mise au sein du bébé durant la première heure suivant la naissance), sur l’allaitement exclusif des bébés jusqu’à cinq mois, sur la pratique de l’allaitement au-delà de cette période et sur l’attitude générale face à l’allaitement. La combinaison de mesures émanant à la fois des systèmes de santé et des communes s’est avérée particulièrement efficace et il est démontré qu’elle a entraîné une augmentation de l’allaitement exclusif dans le monde d’un facteur de 2.5.

### Une situation où tous sont gagnants (win-win)

L’allaitement maternel est l’un des moyens les plus efficaces de réduire la mortalité infantile chez les moins de cinq ans; il protège aussi à court terme et à long terme la mère et l’enfant contre de nombreuses maladies. Pour utiliser pleinement ces effets positifs, l’OMS recommande de poursuivre l’allaitement jusqu’à la deuxième année de l’enfant.

L’effet positif de l’allaitement sur le développement cognitif d’un enfant ainsi que les effets à long terme sur la hausse des revenus ont aussi des répercussions sur le Produit national brut (PNB) d’un pays: la perte monétaire due au non-allaitement est chiffrée dans les pays à haut revenu à 231 milliards de dollars états-uniens, ce qui correspond à 0.53% du PNB; en Suisse, la perte est chiffrée à 2.6 milliards de dollars états-uniens en 2012, autrement dit à 0.39% du PNB de 2012. Une hausse du taux d’allaitement peut en outre réduire les frais de traitement des enfants dans le domaine de la santé et entraîner de ce fait des économies importantes.

Les pratiques en matière d’allaitement peuvent être améliorées rapidement et efficacement par des interventions qui ont fait leurs preuves. Selon des études très récentes, l’initiative «Hôpital Ami des Bébé» et les cours destinés à former le personnel de santé sont particulièrement prometteurs. Les conseils dispensés aux mères et le fait d’impliquer activement leur conjoint jouent un rôle essentiel. Les hôpitaux et le personnel de santé jouent en Suisse un rôle crucial. La bonne santé des femmes, des enfants et des jeunes est une condition indispensable pour un avenir meilleur. Encourager l’allaitement maternel et protéger sa pratique sont une condition majeure pour garantir la santé des femmes et des enfants sur plusieurs générations. Les hôpitaux peuvent à cet égard apporter une contribution importante.

## Documents de référence

- Rollins NC et al. Lancet Breastfeeding Series. Breastfeeding 2. Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices in less than a generation. Lancet 2016; 387: 491– 504.
- Dratva J et al. (2014) SWIFS – Swiss Infant Feeding Study. Eine nationale Studie zur Säuglingsernährung und Gesundheit im ersten Lebensjahr. Executive Summary.
- Gross, K., A. Späth, J. Dratva, E. Zemp Stutz (2015): SWIFS - Swiss Infant Feeding Study. Eine nationale Studie zur Säuglingsernährung und Gesundheit im ersten Lebensjahr. Basilea/Berna: Swiss TPH/UFSP. Fallzahlen: 1994: 2098; 2003: 2919; 2013: 1535.
- UNICEF (2016a) Baby Freundliche Spitäler und Geburtshäuser. Stand: 14.04.2016.  
[http://www.unicef.ch/sites/default/files/documents/160414\\_bfhi\\_spitalliste.pdf](http://www.unicef.ch/sites/default/files/documents/160414_bfhi_spitalliste.pdf)
- UNICEF (2016b) Baby Freundliches Spital. <http://www.unicef.ch/de/so-helfen-wir/in-der-schweiz/baby-freundliches-spital>
- United Nation's' Committee on the Rights of the Child: Concluding observations on the combined second to fourth periodic reports of Switzerland. Artikel 58 und 59. Distr.: General 26 February 2015
- Victora CG, Aluísio J D Barros AJD, França GVA, et al. Lancet Breastfeeding Series. Breastfeeding 1. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. Lancet 2016; 387: 475–90.
- WHO (2016) Breastfeeding in the 21st Century. Every mother and child, no matter their location or circumstance, benefits from optimal breastfeeding practices. [http://www.who.int/pmnch/media/news/2016/breastfeeding\\_brief.pdf](http://www.who.int/pmnch/media/news/2016/breastfeeding_brief.pdf)
- WHO (2016) Nutrition. Global Targets 2025. To improve maternal, infant and young child nutrition. <http://www.who.int/nutrition/global-target-2025/en/>

unicef

