

ALLAITER AU TRAVAIL,

c'es

Après seulement quelques semaines d'allaitement, il faut souvent reprendre le chemin du travail. Vous êtes de plus en plus nombreuses à souhaiter poursuivre l'allaitement. Comment s'y prendre ? Nous avons enquêté.

Allaiter son bébé, pour les mamans qui le souhaitent, quoi de plus naturel ? Mais en pratique, et même si scientifiques et professionnels de santé en vantent les mérites, allaiter n'est pas toujours simple dans notre société. A la maternité d'abord, il n'est pas rare d'être confrontée à des conseils contradictoires. De même, allaiter après trois mois est souvent mal compris par l'entourage, surtout si nous devons reprendre le travail. C'est l'une des raisons pour lesquelles la reprise de l'activité professionnelle est la première cause de sevrage en France. Les mères sont 60 % à allaiter leur bébé à la naissance et plus que 20 % environ aux 3 mois de l'enfant. Et pour cause : comment continuer à donner la tétée alors que l'on est parfois absente du domicile dix heures par jour, cinq jours par semaine ? Comment faire quand cette démarche apparaît totalement incongrue, voire inutile, aux yeux de notre employeur, de notre famille ou de nos amis ? La plupart des mamans baissent les bras.

« Mais les mentalités sont en train de changer, explique Véronique Darmangeat, consultante en lactation et fondatrice de Lactissima*. Les mamans qui se sont battues au démarrage de l'allaitement ne veulent pas laisser tomber à la reprise du travail, quand tout commence à bien rouler. Avant, elles ne savaient pas qu'elles pouvaient continuer. Avec le pédiatre, elles planifiaient le calendrier de sevrage (une tétée en moins chaque jour) et commençaient à remplacer le lait maternel par du lait artificiel dès la sixième semaine du bébé. Aujourd'hui, elles sont de plus en plus nombreuses à ne plus se poser la question du sevrage mais, au contraire, à s'interroger sur comment concilier allaitement et travail. »

Allaiter ou tirer son lait au travail, comment faire ?

Il existe plusieurs solutions qui dépendent d'abord du souhait de la maman puis, bien sûr, des conditions dans lesquelles elle exerce son activité. Parce qu'il est parfois

difficile d'imposer son choix au sein de l'entreprise ou parce que le tire-lait les rebute, certaines mères optent pour un allaitement mixte : pendant leur absence, l'alimentation du bébé est complétée soit par des biberons de lait en poudre s'il a moins de 6 mois, soit par des solides (petits pots ou purée de fruits et légumes). Les mamans peuvent aussi décider de tirer leur lait (lire pages suivantes « Ce que dit la loi ») ou d'allaiter sur place leur enfant pendant la journée, si elles exercent une activité à mi-temps ou en libéral.

Bien sûr, dans les faits, tout n'est pas rose : « Très souvent, les mères sont obligées de tirer leur lait en cachette, dans leur bureau fermé à clé, dans leur voiture, le placard à balais ou encore les toilettes de leur entreprise, ce qui est déplorable pour l'hygiène, précise Véronique Darmangeat. Car, contrairement aux Etats-Unis, au Canada ou à l'Australie, parler d'allaitement au travail est encore difficile en France. Actuellement très peu d'employeurs mettent à disposition de leurs salariées une salle équipée où elles peuvent tirer leur lait au calme, conformément à la loi. »

Des bénéfices partagés

Pourtant, selon Véronique Darmangeat, les bénéfices à retirer de cette solution sont nombreux pour l'entreprise : « Les femmes qui peuvent continuer l'allaitement reviennent plus rapidement après l'accouchement – c'est-à-dire qu'elles n'adjoignent pas de congé pathologique, puis de congé parental à leur congé maternité –, elles sont également plus motivées et fidèles dans leur entreprise. De plus, leurs enfants, nourris au lait maternel, sont statistiquement moins malades, ce qui entraîne moins d'absentéisme de la maman. »

Un peu d'histoire

Il est amusant de constater qu'avant les années 1750, les mères qui n'allaitent pas leurs bébés sont celles... qui ne travaillent pas ! Ce n'est qu'au XIX^e siècle qu'artisans, commerçantes puis ouvrières abandonnent l'allaitement de leurs enfants à des nourrices établies à la campagne. Ce qui n'empêche pas certains industriels paternalistes, aux alentours de 1880, de créer dans leurs usines des « chambres d'allaitement » pour les mères de bébés non sevrés. Ce dispositif est repris dans une loi de 1917, alors qu'à la faveur de la guerre, les femmes affluent en masse dans les usines. Mais cette loi est finalement peu respectée et le creux de la vague pour l'allaitement maternel est atteint en France dans les années 1950. Cette désaffection s'explique d'abord par la commercialisation massive de laits artificiels par l'industrie agroalimentaire puis par le mouvement féministe. Ce n'est qu'à la fin des années 1990 que des pouvoirs publics hexagonaux ont à cœur de le favoriser à nouveau.

Source : *Petit guide de l'allaitement pour la mère qui travaille*, par Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau, éd. Jouvence.

90

ENFANT MAGAZINE • SEPTEMBRE 2010

Prendre rendez-vous chez le... pour C