

## Comment les pairs-conseillers peuvent-ils aider les mères sur le lieu de travail ?

Les mères qui travaillent peuvent retourner au travail tôt après l'accouchement pour diverses raisons. Selon les politiques du travail, la nature de leur travail ou pour d'autres raisons, les mères peuvent ou non être en mesure d'amener leur bébé au travail ou l'avoir à proximité. C'est là où les collègues peuvent aider.

Les collègues de travail peuvent devenir des pairs-conseillers sur le lieu de travail, et peuvent être des partisans importants de l'allaitement maternel. Aider une collègue à trouver le temps nécessaire pour tirer son lait ou juste lui dire quelque chose d'encourageant contribue à créer un environnement positif qui aide les mères à poursuivre l'allaitement maternel. Même les médecins ont besoin de soutien pour allaiter et peuvent se soutenir mutuellement en tant que pairs dans leur travail !

Voir aussi la rubrique *Women and Work* « Les femmes et le travail » du site web de WABA, pour un tableau détaillé résumant la législation pour la protection de la maternité à travers le monde. <http://www.waba.org.my/whatwedo/womenandwork/mpchart.htm>

## Le conseil par les pairs - une partie vitale de la protection, la promotion et le soutien de l'allaitement maternel

L'allaitement maternel est essentiel pour la santé et le bien-être des nourrissons, des mères, des familles, de la société et de l'environnement. Les nouvelles mères sont bombardées d'informations et reçoivent souvent des conseils trompeurs de leur entourage,



Pooja Panchal - Inde

Chaque femme, homme ou jeune adulte peut améliorer la vie des mères et des enfants en s'informant sur l'allaitement dans le but de soutenir les femmes qu'ils rencontrent au quotidien dans leur famille, la communauté et au travail. Certains peuvent vouloir s'impliquer davantage et suivre une formation spécifique pour devenir pair-conseiller.

Ainsi tout le monde peut apporter son soutien à l'allaitement auprès des mères. Engagez-vous pour faire une différence et créer ensemble un monde meilleur pour nous tous !

## La SMAM 2013 lance un appel pour plus de mesures visant à :

**1 Créer une prise de conscience du rôle important des programmes de conseil par les pairs pour augmenter l'allaitement, et améliorer la santé et le développement des enfants, et la santé de leurs mères.**

### Action :

- Se renseigner sur les programmes de conseil par les pairs dans son quartier, sa ville ou son pays.
- Les visiter et découvrir combien de conseillers existent, comment ils sont formés, comment ils fonctionnent, et combien de mères sont aidées. Si possible, apprendre s'ils disposent d'informations sur l'impact de leur action sur les taux d'allaitement dans la localité.
- Écrire un article sur les conseillers et leur travail, et le faire publier dans un journal ou une revue.
- Parler de leur travail quand vous avez l'occasion d'enseigner ou de parler à des travailleurs de santé, des représentants du gouvernement ou des organisations caritatives et autres organisations qui pourraient être intéressés.

**2 Promouvoir la formation des pairs-conseillers et de leurs formateurs comme une intervention rentable pour accroître les taux d'allaitement maternel exclusif et continu.**

### Action :

- Déterminer s'il y a un programme de santé communautaire ou un programme de nutrition communautaire dans la région.

- Rencontrer les organisateurs et leur parler de l'allaitement maternel, vérifier s'ils ont pensé à promouvoir l'allaitement maternel dans le cadre de leur programme. Expliquer ce qu'est un programme de conseil par les pairs, et comment il peut être un bon moyen d'aider les mères à allaiter dans une communauté. Suggérer qu'ils considèrent de l'intégrer dans le cadre de leur programme.

**3 Encourager la participation active des professionnels de santé dans les secteurs public et privé à travailler avec des programmes de conseil par les pairs, en informant toutes les mères de la présence de pairs-conseillers formés au niveau local, en acceptant les mères référées par les PC, et en les aidant dans leur formation de base et de perfectionnement.**

### Action :

- Chercher des occasions de parler aux travailleurs de santé, aux administrateurs de l'hôpital concernés par l'IHAB, ou aux responsables de la santé publique sur les taux d'allaitement dans la région, et sur ce qui est fait pour promouvoir l'allaitement maternel, comme l'IHAB.
- Expliquer comment les pairs-conseillers dans la communauté peuvent être un moyen peu coûteux de maintenir l'allaitement après la sortie des mères de l'hôpital, en particulier lorsque les professionnels de santé n'ont pas assez de temps à consacrer à la mère pour soutenir réellement l'allaitement.
- Expliquer comment cela est particulièrement efficace si l'hôpital et les services de santé publique travaillent ensemble pour développer le programme et respectent la Condition 10 de l'IHAB.

**4 Plaider auprès des gouvernements, des organismes de financement et des organisations non gouvernementales pour obtenir leur investissement dans la formation de membres de la communauté comme pairs-conseillers, afin de construire un système durable de soutien pour les mères allaitantes dans chaque communauté.**

### Action :

- Chercher des occasions pour rencontrer et discuter avec des représentants de ces organisations au sujet des programmes de conseil par les pairs et leur rentabilité, et demander leur aide pour le financement du développement et du soutien de ces programmes.

**5 Encourager les personnes qui s'intéressent à l'allaitement – des mères expérimentées, grands-parents, les jeunes, indépendamment de leur éducation et du milieu social – à être formées comme pairs-conseillers pour soutenir les mères qui allaitent et leurs bébés.**

### Action :

- Chercher des occasions pour participer à des réunions communautaires, groupes de femmes, organisations religieuses, autres groupes communautaires pertinents, et groupes prénatals dans les structures sanitaires. Demander de leur parler de l'allaitement maternel et du conseil par les pairs, et demander s'ils souhaitent en savoir plus et peut-être devenir pair-conseiller eux-mêmes.

**6 Informer les femmes enceintes et les mères de la valeur du soutien de mère à mère et du besoin de partager les expériences sur l'allaitement maternel. Les encourager à se former et à participer à un tel groupe de soutien avec d'autres mères dans leur communauté.**

### Action :

- Parler à des groupes de femmes, des groupes communautaires et aux mères participant aux cours prénatals sur l'utilité des groupes de soutien de mère à mère pour l'allaitement, et demander si elles seraient intéressées pour former un groupe.
- Les groupes de soutien de mère à mère fonctionnent mieux dans certains types de communautés que d'autres, donc il est important de parler aux gens pour savoir s'ils aimeraient essayer. Il peut être plus facile dans les zones urbaines que dans les zones rurales, ou vice versa. Parfois, un groupe démarre à partir d'une classe prénatale, réuni par la sage-femme qui dirige la classe, puis les mères elles-mêmes le prennent en charge.



Esther Gillett - États-Unis

## Ressources utiles :

### Références

#### Études clés :

- Haider R; Effect of community-based peer counsellors on exclusive breastfeeding practices in Dhaka, Bangladesh: a randomised controlled trial. *Lancet* 2000; 356: 1643-47
- Coutinho; Comparison of the effect of two systems for the promotion of exclusive breastfeeding. *Lancet* 2005; 366: 1094-100
- Agrasada; Postnatal peer counselling on exclusive breastfeeding of low-birth-weight infants: a RCT. *Arch Paediatr* 2005; 94: 1109-1115
- Balaluka; Community volunteers can improve breastfeeding among children under 6 months of age in the Democratic Republic of Congo Crisis. *International Breastfeeding Journal* 2012; 7:2

#### Revus d'études :

- Britton et al; Support for breastfeeding mothers (Review) *The Cochrane Library* 2007 Issue 2
- Renfrew et al; Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies (Review), *The Cochrane Library* 2012 Issue 5.
- Community-based strategies for breastfeeding promotion and support in Developing Countries, WHO 2003.
- Peres-Escamilla. Evidence based breastfeeding promotion: The Baby-Friendly Hospital Initiative. *J.Nutrition* 2007; 137:484-7 Link: <http://jn.nutrition.org/content/137/2/484.full>
- Chapman et al: Review: Breastfeeding Peer Counselling: From Efficacy Through Scale-Up. *J.Human Lactation* 2010; 26:314 Link: <http://jhl.sagepub.com/content/26/3/314.short>
- Hannula; A systematic review of professional support interventions for breastfeeding. *J.Clinical Nursing* 2008; 17: 1132-1143

#### Cours de formation :

- WHO/UNICEF Breastfeeding Counselling: A Training Course (Revised version 2013).
- Community Based Infant and Young Child Feeding Counselling Package UNICEF 2010.
- La formation de formateurs de groupes de soutien de mère à mère. <http://www.linkagesproject.org/media/publications/Training%20Modules/MTMSG.pdf>
- Loving Support; Peer Counselling. Le programme de formation WIC comporte un seul dossier très complet avec présentations powerpoint, clips vidéo et d'autres documents. En anglais et en espagnol.* [http://www.nal.usda.gov/wicworks/Learning\\_Center/support\\_peer.html](http://www.nal.usda.gov/wicworks/Learning_Center/support_peer.html)

#### La Leche League International

<http://www.llli.org/>  
[http://www.llli.org/search/Peer Counseling or Peer counselling programs](http://www.llli.org/search/Peer+Counseling+or+Peer+counseling+programs)  
<http://www.lalecheleague.org.nz/resources/peer-counsellor-programme>  
<http://www.llli.org/southafrica.html>

#### L'Association Internationale des Consultants en Lactation (ILCA)

<http://www.ilca.org/4a/pages/index.cfm?pageid=1>

**L'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (WABA)**  
Voir la rubrique Mother Support « Soutien aux mères » : <http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/index.htm>

Voir le projet de carte électronique (E-map) du groupe de soutien aux mères de WABA. Avec sa couverture mondiale, le projet E-Map est une initiative visant à faciliter l'accès aux groupes de soutien de mère à mère par région / province / division dans un pays donné et de trouver les informations nécessaires. Avec un ou deux clics, les contacts et lieux de soutien peuvent être recherchés, identifiés et sélectionnés, ce qui permet aux mères de recevoir le soutien dont elles ont besoin et qu'elles méritent. <http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/emap.htm>

Voir le tableau sur la protection de la maternité WABA. Ce tableau détaillé énumère les lois sur la protection de la maternité à travers le monde. Développé par WABA pour soutenir le droit des femmes à allaiter et au travail, il plaide pour la mise en œuvre et le suivi de l'amélioration des droits de protection de la maternité ; le tableau peut être utilisé comme un guide pour comparer les prestations de maternité entre les pays. Ce tableau sert aussi d'outil de plaidoyer pour faire pression pour de meilleures prestations de maternité (par exemple congé maternité/paternité, pauses d'allaitement, etc.) à tous les niveaux, local et national. Les informations relatives à la carte sont mises à jour tous les deux ans. Les sources d'information sont obtenues à partir des réseaux de partenaires, les rapports de l'OIT et les bases de données de WABA. <http://www.waba.org.my/whatwedo/womenandwork/mpchart.htm>

## COORDINATION SMAM & CENTRES DE DIFFUSION

#### COORDINATION GLOBALE

Secrétariat WABA  
BP 1200, 10850 Penang, Malaisie  
Fax: 60-4-657 2655, [waba@waba.org.my](mailto:waba@waba.org.my)  
[www.waba.org.my](http://www.waba.org.my)  
[www.worldbreastfeedingweek.org](http://www.worldbreastfeedingweek.org)

#### AFRIQUE

IBFAN Africa  
BP 781, Mbabane, Swaziland  
Fax: 268-40 40546, [ibfanswd@realnet.co.sz](mailto:ibfanswd@realnet.co.sz)

#### IBFAN Afrique

Cité Ouaga 2000, 01 BP 1776,  
Ouagadougou 01, Burkina Faso  
Fax: 226-50-374163, [ibfanfan@fasonet.bf](mailto:ibfanfan@fasonet.bf)

#### ASIE

Secrétariat WABA  
(Voir adresse, COORDINATION GLOBALE)

#### ASIE DU SUD

Breastfeeding Promotion  
Network of India (BPNI)  
BP-33, Pitampura, Delhi 110 034, Inde  
Fax: 91-11-27343606, [bpni.india@gmail.com](mailto:bpni.india@gmail.com)

#### EUROPE

Baby Milk Action  
34 Trumpington Street, Cambridge  
CB2 1QY, UK Fax: 44-1223-464 417  
[info@babymilkaction.org](mailto:info@babymilkaction.org)

#### COFAM / SMAM

chez Nicole LARTIGUE  
33 rue des Alizes  
17140 Lagord, France  
<http://coordination-allaitement.org/>

#### IBFAN-GIFA

Avenue de la Paix 11, 1202 Genève,  
Suisse  
Fax: 41-22-798 4443, [info@gifa.org](mailto:info@gifa.org)

#### Aktionsgruppe

Babynahrung Ev (AGB)  
Untere Maschstrasse 21  
D-37073 Göttingen, Allemagne  
Fax: 49-551-531 035, [info@babynahrung.org](mailto:info@babynahrung.org)

#### AMÉRIQUE LATINE

CEFEMINA  
Apartado 5355, 1000 San Jose, Costa Rica  
Fax: 506-224 3986, [cefemina@racsa.co.cr](mailto:cefemina@racsa.co.cr)

#### CEPREN

Av. Pardo, 1335 Of.301-302, Lima-18 Pérou  
Fax: 51-1-241 6205  
[cepren@amauta.rcp.net.pe](mailto:cepren@amauta.rcp.net.pe)

#### IBFAN Brasil

Rua Carlos Gomes, 1513,  
Sala 02 Jd. Carlos Gomes  
Jundiaí - SP - Brésil  
CEP: 13215-021  
Tel/Fax: (11) 4522 5658  
[coordenaixfan@terra.com.br](mailto:coordenaixfan@terra.com.br)

#### AMÉRIQUE DU NORD

LLL International  
957 N. Plum Grove Road  
Schaumburg, IL 60173-4808, États-Unis  
Fax: 847-969 0460, [lllhq@llli.org](mailto:lllhq@llli.org)  
[www.llli.org](http://www.llli.org)

#### INFAC Canada

520 Colborne Street, London, Ontario,  
Canada, N6B 2T5  
Fax: 1-416-591 9355, [info@infactcanada.ca](mailto:info@infactcanada.ca)  
[www.infactcanada.ca](http://www.infactcanada.ca)

#### PACIFIQUE

Australian Breastfeeding  
Association (ABA)  
P O Box 4000, Glen Iris,  
VIC 3146, Australie  
Fax: 61-3-9885 0866  
[info@breastfeeding.asn.au](mailto:info@breastfeeding.asn.au)  
[www.breastfeeding.asn.au](http://www.breastfeeding.asn.au)

#### Development Officer PINDA

c/o Christine Quested  
Nutrition Centre Health Department  
Private Mail Bag, Apia,  
Samoa occidentales  
Fax: 685-218 70  
[christineQ@health.gov.ws](mailto:christineQ@health.gov.ws)

Votre contact local :

WABA n'accepte aucune subvention de la part des fabricants ou des distributeurs de substituts du lait maternel, d'équipements pour l'allaitement ou de compléments alimentaires.

## REMERCIEMENTS

WABA tient à remercier les personnes suivantes pour leur contribution à la rédaction de ce Dossier d'Actions SMAM : Anne Batterjee, Pushpa Panadum, Felicity Savage, Miriam Labbock, Ruksana Haider, Mimi Maza, Shera Lyn Parpia, Johanna Bergerman, Catherine Marquis, Decalite Brown, Asha Benakappa, Hiroko Hongo, Eileen Shea, et Jennifer Mourin. Conçu par : C-Square Sdn Bhd. Produit par : Jennifer Mourin. Imprimé par : JUTAPRINT, Penang. Traduction française : Juanita Jauer Steichen.



L'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (WABA) est un réseau international d'individus et d'organisations qui se préoccupent de la protection, de la promotion et du soutien à l'allaitement maternel à l'échelle mondiale dans l'esprit de la Déclaration d'Innocent, des Dix Liens Pour Nourrir Le Futur (Ten Links for Nurturing the Future) et de la Stratégie Mondiale de l'OMS/UNICEF sur l'Alimentation des Nourrissons et des Jeunes-Enfants. Les partenaires privilégiés de WABA sont le Réseau International des Groupes d'Action pour l'Alimentation Infantile (IBFAN), La Leche League International (LLL), l'Association Internationale des Consultants en Lactation (ILCA), Wellstart International et l'Académie de Médecine pour l'Allaitement Maternel (ABM). WABA a le statut de conseiller auprès de l'UNICEF, le statut d'ONG et de conseiller privilégié auprès du Conseil Économique et Social des Nations Unies (CESNU).

# Soutenir l'allaitement aux côtés des mères



## 21<sup>e</sup> SMAM - 2013 -

Il y a cinquante-sept ans, sept mères qui allaitaient se sont réunies et ont réalisé que leur capacité à allaiter leurs propres enfants était possible grâce à des informations, de l'éducation et au soutien émotionnel réciproque de chacune. Elles ont également réalisé que beaucoup d'autres mères qui souhaitaient allaiter pourraient être habilitées à le faire si leur entourage, surtout leurs paires, avaient les connaissances et les compétences nécessaires pour les soutenir. Grâce à La Leche League International (LLL), le fer de lance d'un mouvement renouvelé pour l'allaitement, le soutien de mère à mère fut né, et ce mouvement couvrirait le globe.

Beaucoup de femmes trouvent inestimable le fait de se réunir régulièrement en groupe pour partager des expériences et des connaissances, et pour se soutenir mutuellement pendant l'allaitement maternel. Mais parfois les femmes ont besoin d'une aide pratique individuelle avec une personne qualifiée, souvent de préférence au domicile même de la mère. Donc, à partir des groupes de soutien aux mères est venu le concept de pair-conseiller et la pratique des visites à domicile. Maintenant, il y a une variété de façons pour que les mères trouvent du soutien proche de l'endroit où elles se trouvent.

## WABA 2013

[www.worldbreastfeedingweek.org](http://www.worldbreastfeedingweek.org)

Les photos utilisées sont les gagnantes du Concours de photos SMAM de WABA © 2013.

### Objectifs de la SMAM 2013

- Attirer l'attention sur l'importance du soutien par les pairs (Peer Counselling) pour aider les mères à établir et à maintenir l'allaitement.
- Informar les gens de l'efficacité du conseil par les pairs, et réunir les efforts pour développer les programmes de conseil par les pairs.
- Encourager les défenseurs de l'allaitement, quel que soit leur niveau d'instruction, à se proposer pour être formés pour soutenir les mères et les bébés.
- Identifier les contacts locaux de soutien communautaire pour les mères qui allaitent, afin de permettre aux femmes de trouver aide et soutien après l'accouchement.
- Inviter les gouvernements et les maternités au niveau mondial à activement mettre en œuvre les Dix conditions pour le succès de l'allaitement maternel, notamment la condition 10, pour améliorer la durée et le taux d'allaitement maternel exclusif.



Helman Nino Berdugo - Colombie



J. Rohith Varma - Inde



John Musisi - Ouganda



Shih, Yue Cheng - Taïwan

### Argumentaire

Beaucoup de mères abandonnent l'allaitement maternel exclusif, ou arrêtent complètement d'allaiter, dans les premiers jours à six semaines après l'accouchement, même si elles ont accouché dans un Hôpital Ami des Bébé. C'est une période où il peut être difficile pour les mères de consulter un professionnel de santé, ainsi le soutien de la communauté est essentiel. Traditionnellement, une aide était proposée par des femmes plus âgées de la famille et de la communauté, surtout pendant les premiers 40 à 42 jours du post-partum. Cependant, comme les sociétés changent, en particulier avec l'urbanisation, les autres membres de la famille peuvent être loin, et des pressions pour retourner au travail ont fait disparaître cette période de soins mère/enfant. L'aide doit maintenant provenir des professionnels de santé, des amis, des pères ou des partenaires. Cependant, ce nouveau système de soutien peut manquer d'expérience ou de compétences pour apporter un soutien à l'allaitement efficace. Même les professionnels de santé tels que les médecins, infirmières, sages-femmes et doules, entre autres, peuvent ne pas avoir été suffisamment formés au soutien à l'allaitement, car la plupart des formations se concentrent sur les premiers jours, en insistant sur le positionnement plutôt que sur les compétences nécessaires pour faire face après avoir quitté la maternité. De nombreux professionnels de santé sont incités à passer moins de temps par patient, ce qui aggrave le problème. Les consultant(e)s en lactation IBCLC (professionnels) ont les compétences, mais eux non plus ne sont pas disponibles partout.



Quand l'aide professionnelle n'est pas possible, il existe un moyen efficace et peu coûteux de fournir le soutien nécessaire aux mères : le Programme de conseil par les pairs (*Peer Counseling Programme*). Ces pairs-conseillers (*peer counselors*) sont généralement des femmes de la communauté qui sont formées pour soutenir l'allaitement maternel, quel que soit leur niveau d'instruction. Elles peuvent se rendre facilement disponibles, étant à proximité du domicile de la mère, et elles peuvent donner de l'aide au jour le jour. Le soutien des pairs peut être couplé avec la participation occasionnelle d'un consultant en lactation ou d'un autre professionnel compétent pour compléter le soutien en continu. Il est également très utile de réunir des femmes de parités différentes avant et après la naissance de leur bébé pour apprendre les unes des autres.<sup>1</sup>

## Dix Conditions pour le succès de l'allaitement

### 10. Encourager la constitution d'associations de soutien à l'allaitement maternel et leur adresser les mères dès leur sortie de l'hôpital ou de la clinique.

Les critères mondiaux pour la 10<sup>e</sup> condition :

Le directeur/chef des services de maternité déclare que :

- les mères sont informées des lieux où elles peuvent obtenir de l'aide pour nourrir leur bébé après leur retour à domicile en cas de besoin, et le directeur/chef peut également citer au moins une source d'information.
- l'établissement favorise la création de groupes de soutien aux mères et/ou collabore avec ces groupes et d'autres services communautaires qui offrent un soutien aux mères pour l'allaitement et l'alimentation des nourrissons ; ce même membre du personnel peut décrire au moins une façon de le faire.
- le personnel encourage les mères et leurs bébés à consulter **une personne compétente en allaitement** rapidement après la sortie (de préférence 2-4 jours après la naissance et de nouveau la deuxième semaine) pour évaluer et soutenir l'allaitement ; cette personne peut décrire un système d'orientation appropriée et la chronologie adéquate des visites.

*Extrait. L'Initiative Hôpital Ami des Bébé : Révisée, mise à jour et élargie aux soins intégrés. UNICEF 2009.*

## Le Conseil par les pairs - une réponse logique

Les réseaux sociaux des femmes ont un impact majeur sur leur prise de décisions liées à la santé. Les femmes sont souvent attirées par d'autres femmes avec qui elles partagent des expériences de vie, surtout quand ces expériences se rapportent à la parentalité. Lorsque les nouvelles mères ont quelqu'un qui peut comprendre et à qui elles peuvent s'identifier, elles peuvent mieux apprécier et faire face à la maternité. Le soutien des pairs peut remplir ce rôle, jusqu'à devenir une véritable bouée de sauvetage pour les mères qui ont des questions sur l'allaitement et ses enjeux.

Le but du soutien par les pairs est d'encourager et de soutenir femmes enceintes et mères allaitantes pour les aider à prendre confiance dans leur capacité à allaiter. Les accompagnantes à l'allaitement doivent être formées à la fois dans les aspects pratiques de l'allaitement maternel et en counselling. La plupart des accompagnantes sont elles-mêmes des mères ayant une expérience de l'allaitement maternel, mais dans certains programmes, des jeunes femmes, des pères et d'autres membres actifs de la communauté qui sont intéressés et prêts à aider les mères ont également prouvé leur efficacité.

## « La clé pour de meilleures pratiques de l'allaitement maternel est simplement un soutien constant envers la mère qui allaite au sein de son foyer et dans sa communauté. »

Le soutien des pairs peut être adapté à différents milieux socio-économiques et culturels. Il peut être proposé dans le cadre d'un groupe de mères aussi bien que dans un contexte individuel en face à face. Selon le groupe cible, les méthodes employées peuvent comprendre des groupes de soutien par les pairs dans un lieu communautaire ; des permanences dans un centre de santé communautaire ou des visites à domicile pour les mères confrontées à des problèmes ; de l'aide par téléphone, par texto, courriel ; des cours prénatals et sur la parentalité ; ou des services liés aux hôpitaux, centres de santé et services de santé communautaires. Coordonner le soutien par les pairs, avec un suivi éventuel des professionnels de santé si nécessaire, est particulièrement précieuse, car cela permet de créer un continuum de soins depuis la maternité jusqu'au sein de la communauté.



Dr. Sushma Malik - Inde



Delly's Mishu Reyes Alania - Pérou

### Efficacité du soutien par les pairs

Il a été démontré que le soutien aux mères était un moyen très efficace d'augmenter le taux d'allaitement dans une grande variété de milieux (voir les références 1-4 à la fin de ce Dossier d'Actions). Plusieurs revues systématiques ont été publiées (voir les références 5-10), comprenant également des résumés de nombreuses études individuelles.

Les principales conclusions de ces revues sont les suivantes :

- Tous les types de soutien sont efficaces pour augmenter à la fois l'allaitement maternel exclusif et l'allaitement maternel.
- Le soutien professionnel et non professionnel sont tous deux efficaces, séparément ou ensemble.
- Le soutien en face-à-face est généralement plus efficace que le soutien par téléphone.

Seuls les programmes de soutien par les pairs se sont avérés efficaces pour augmenter à la fois l'initiation et la durée de l'allaitement. Ils sont particulièrement utiles pour les groupes suivants :

- Les femmes à revenu faible ou moyen qui peuvent avoir du mal à accéder au soutien professionnel
- Les femmes qui sont indécises sur l'allaitement
- Les femmes qui souhaitent allaiter, mais qui ont besoin de soutien

### Les caractéristiques d'un soutien efficace sont :

- Une bonne formation pratique, y compris sur les relations interpersonnelles et sur les compétences en communication, sans quoi les conseillers risquent de ne pas être acceptés par les mères ;
- L'enracinement dans la culture locale, en collaboration avec les dirigeants communautaires ;

1. Pugin E, Valdés V, Labbok MH, Pérez A, and R Aravena. Does Prenatal Breastfeeding Skills Group Education Increase the Effectiveness of a Comprehensive Breastfeeding Promotion Program? J Hum Lact 1996 12: 15  
2. Reference: Saadeh RJ, editor with Miriam H. Labbok, Kristin A. Cooney, Peggy Koniz-Booher (1993), Breast-feeding: the Technical Basis and Recommendations for Action: Role of Mother Support Groups, Geneva, World Health Organization, 62-74.

## Le Programme de conseil par les pairs de La Leche League International (LLLl) - Comment ça marche et pourquoi

La Leche League International (LLLl) a ouvert la voie en matière de soutien, de formation et d'éducation à l'allaitement. LLLl a utilisé une combinaison de compétences d'apprentissage des adultes et d'outils de communication qui respectent l'expérience, la culture et les connaissances personnelles de la femme sur l'allaitement maternel. LLLl a vu des femmes non seulement augmenter la fréquence et la durée de leur allaitement, mais les a vues éduquer et aider leurs paires, à la fois dans le contexte de groupes formels et dans des milieux informels tels que les magasins, les institutions religieuses, les écoles et les bureaux. Avec le soutien, les femmes acquièrent de la confiance en elles dans leur capacité à être mère, et pour bien d'autres aspects de leur vie.

Bien que ses réunions de groupes traditionnels soient efficaces, LLLl reconnaît que les animatrices et les groupes n'existent pas dans chaque communauté internationale et ne parlent pas toutes les langues. Le *Peer Counselor Program* (Programme Relais-Allaitement) a été développé dans les années 1980 pour faire face à cette réalité, et s'est propagé à travers le monde.

- Une orientation et une interface avec les services de santé, où les professionnels de santé jouent un rôle relationnel, ce qui permet de référer les mères ayant des problèmes au personnel ou aux installations compétentes ;
- Des cours de formation continue, avec mise à disposition de matériaux à jour, et des contacts de perfectionnement avec des formateurs et des superviseurs ;
- Offrir une certaine forme de rémunération pour les pairs-conseillers peut contribuer à prolonger la durée de leur participation : le taux de renouvellement des bénévoles est plus important.

### Un soutien efficace nécessite aussi :

De fréquents contacts avec les mères en face-à-face en post-natal - 8 à 9 fois si possible.

- Les femmes doivent être informées des contacts en cours.
- Le soutien qui est offert seulement à la demande des femmes est peu susceptible d'être efficace.

Les contacts devraient avoir lieu, par exemple :

- le premier jour après l'accouchement, et deux fois de plus dans la première semaine ;
- de nouveau à deux et à quatre semaines ;
- des contacts en continu, et des contacts supplémentaires s'il y a une difficulté.

Un contact avant ou peu après l'accouchement contribue à bâtir une relation de confiance avec la mère.

### Différents fournisseurs de soutien aux mères - traditionnels ou professionnels

Les animatrices de La Leche League International (LLLl) sont des mères expérimentées qui ont été formées et accréditées pour faciliter les groupes de soutien pour les mères dans leurs communautés et qui ont accès à un réseau mondial d'informations à jour lorsque le besoin s'en fait sentir. Les consultants en lactation IBCLC (International Board Certified Lactation Consultants) sont des professionnels formés, dont beaucoup sont infirmières, sages-femmes et médecins, qui rajoutent une nouvelle et importante dimension au domaine de la santé.

La formation de conseil par les pairs est plus flexible, et permet aux gens n'ayant pas le bagage éducatif ou professionnel pour devenir animatrice de LLLl ou IBCLC de se former en tant que pair-conseiller.

Les programmes de conseil par les pairs peuvent être introduits dans n'importe quel contexte pour soutenir les mères et augmenter les taux d'allaitement ; les gouvernements, les services de la santé et de la communauté devraient être encouragés à lancer de tels programmes comme un aspect important de la santé publique. Ils ont déjà été mis en place dans de nombreux endroits dans le cadre de l'Initiative des Hôpitaux Amis des Bébé (IHAB).

### Devenir Pair-Conseiller

Toute personne qui a eu une expérience avec un bébé allaité ou qui a la volonté et la capacité de travailler activement avec les femmes pour soutenir l'allaitement maternel peut être pair-conseiller (PC). Dans certaines situations, il convient qu'ils aient été recommandés par un professionnel de santé local, une personne d'autorité ou un dirigeant de la communauté. Il serait important pour le PC d'appartenir à la communauté où il/elle fait du bénévolat ou travaille.

Un conseiller doit suivre complètement un cours de formation approuvé, habituellement d'une durée minimale de 20-30 heures, comprenant la pratique avec les mères et les bébés. Les formateurs sont souvent des professionnels de santé ou des animatrices de LLLl spécialement formés pour cette tâche. Les cours sont généralement élaborés localement ou adaptés à partir de cours génériques (voir la section Ressources) selon le niveau de scolarité des stagiaires, la culture locale et les besoins du programme. Après la formation, les PC seront encadrés dans leur rôle soit par leur formateur, soit par un autre agent de santé formé pour le programme.

Un programme de conseil par les pairs fournit une plate-forme pour agir à toute personne qui s'engage à promouvoir l'allaitement maternel, indépendamment de son niveau d'instruction. Les conseillers en allaitement témoignent que le voyage est enrichissant et leur donne un sentiment d'accomplissement et de fierté parce qu'ils font une différence dans la vie d'autres personnes. Travailler comme pair-conseiller a permis à certaines femmes qui vivaient dans la pauvreté d'entreprendre un travail rémunéré et de prendre d'autres responsabilités, à la fois pour elles-mêmes et pour d'autres groupes dans lesquels elles sont impliquées.

### Quelles sont les responsabilités d'un pair-conseiller ?

Les conseillers en allaitement peuvent travailler à partir d'un centre de santé, de leur domicile ou en milieu hospitalier. Ils doivent travailler d'une manière qui respecte la dignité de la mère, le système de soutien de la santé et ceux avec qui ils travaillent. Ils encouragent les mères à allaiter en les écoutant et en les aidant à explorer leurs barrières et à découvrir des façons qui permettent à l'allaitement de rentrer dans leur vie quotidienne. Leur but est d'aider les mères à prendre un bon départ pour établir un allaitement exclusif en leur donnant des informations précises et spécifiques à leurs besoins. Ils doivent également savoir quand ils ne sont pas en mesure de résoudre un problème et quand référer une mère à un professionnel de santé. Meilleure est l'entrée en matière, meilleurs sont les résultats !

### Les responsabilités d'un PC comprennent les éléments suivants :

- Contacté ou rendre visite aux mères (ante et post-natal) dans la communauté locale, discuter avec elles d'allaitement, en utilisant les compétences de conseil appropriées ;
- Donner aux mères des conseils pratiques pour allaiter tels que les positions, la prise du sein et l'expression du lait maternel, et les aider à surmonter les problèmes courants ;
- Avoir connaissance des réseaux locaux en soutien à l'allaitement et adresser les mères à des conseillers en allaitement plus expérimentés, si nécessaire ;
- Animer des réunions de groupe de soutien lorsque cela est approprié.
- Offrir un soutien téléphonique aux mères le cas échéant.
- Etre prêt à répondre aux questions sur l'allaitement soulevées dans la communauté, les écoles locales ou les systèmes de soins de santé.
- Participer à des événements de santé, d'expositions, répondre aux questions et distribuer de l'information.
- Parler sur des questions connexes à l'allaitement lorsqu'ils sont invités à le faire.
- Faire des rapports à leur superviseur sur une base régulière.
- Etre proche des mères, surtout dans les premières semaines après la naissance ou quand il y a des difficultés.



Jose Antonio Araujo Mayorca - Pérou

## Témoignages de conseillers partout dans le monde

### Le Cap, Afrique du Sud

par Sophie Blows et Rosemary Gauld

Rowena Adams travaille dans une clinique située dans une zone très défavorisée, et encourage les mères à allaiter exclusivement pendant 6 mois, puis à poursuivre l'allaitement avec une alimentation complémentaire adaptée. Elle reste en contact constant avec les mères. En deux ans, il y a eu une augmentation notable du taux de l'allaitement, par rapport à l'alimentation avec des laits artificiels. Beaucoup de mères choisissent d'allaiter, y compris des mères qui sont séropositives pour le VIH. Chaque mère reçoit un certificat d'allaitement après avoir allaité pendant 6 mois.



Rowena organise une petite fête pour les mères à la clinique pour célébrer l'événement. Rowena, en chemisier blanc, est aidée par Antoinette Jacobs, habillée en noir.

### Les Philippines : Un exemple de comment cela fonctionne, avec des résultats inattendus !

par Ines Fernandez

En 2011-2012, l'OMS Philippines a financé une formation au conseil par les pairs sur l'allaitement maternel exclusif proposé par l'ONG Arugaan, un groupe de soutien de mères. La formation s'adressait à 6 000 personnes, professionnels de santé, personnel de santé, mères et personnages politiques, au sein des communautés dans 20 villes. Chaque pair-conseiller devait recruter une femme enceinte et 2 mères avec des bébés âgés de moins de 6 mois, et les conseiller sur l'allaitement maternel exclusif. Chaque PC formé devait soutenir 20 mères chaque année. Plus tard, il a été découvert que six grands-mères allaitaient vraiment. Elles avaient utilisé les connaissances de la formation pour relancer la lactation. Elles ont été saluées comme des héroïnes modernes (pour soutenir leurs filles qui travaillent dans les usines, centres d'appel et bureaux). Dans certaines communautés, les grands-mères allaitantes/conseillères sont devenues des modèles et des mentors des mères. Une grand-mère a allaité des triplets et fut l'objet d'un documentaire d'une chaîne de télévision réputée. C'est un bel exemple de ce qui peut arriver lorsque les gouvernements soutiennent la nécessité de programmes de conseil par les pairs.

### Sharjah, Émirats arabes unis

par Badriyah Riad

Rencontrer les mères dans des Centres de santé primaire lors des journées de vaccination était l'objectif principal des Amies de l'Allaitement à Sharjah l'année dernière. Les conseils en face à face furent très fructueux, fournissant aux nouveaux conseillers un moyen de gagner de la confiance tandis que les mères apprenaient davantage sur l'allaitement et comment être de meilleures mères.



Stand pour sensibiliser à l'allaitement, animé par des pairs-conseillers.



La remise de diplômes de 16 « mères-relais » à Santa Lucía la Reforma, Totonicapán, Guatemala

### Guatemala : Un programme de conseil par les pairs en milieu rural

par Mimi Maza

Situé sur les hauts plateaux du Guatemala, la majorité de la population de Totonicapán sont indigènes. Ces communautés présentent l'un des taux les plus élevés de malnutrition chronique chez les enfants âgés de moins de 5 ans, atteignant 82,2%.

Une stratégie d'éducation à base communautaire a été développée en tant qu'intervention visant à :

- Former les mères comme pairs-conseillers pour éduquer les femmes enceintes et les mères ayant des enfants de moins de 3 ans par le biais de groupes de soutien de mère à mère, de visites à domicile et de conseil individuel.
- Augmenter le taux d'allaitement maternel exclusif pendant six mois, et fournir des informations sur une alimentation complémentaire appropriée, en utilisant des produits locaux, avec la poursuite de l'allaitement jusqu'à deux ans ou plus.
- Fournir une éducation communautaire avec la participation des femmes (surtout des femmes enceintes et des mères d'enfants de moins de 3 ans), axée sur l'évolution des pratiques alimentaires et des soins des enfants de moins de 3 ans – afin de contribuer à la réduction de la malnutrition chronique chez les enfants de moins de 5 ans.

200 mères-relais ont été formées. Elles étaient des volontaires choisies dans la communauté dans laquelle elles vivent. Chaque conseillère :

- parle la langue locale
- a allaité son enfant
- est prête à donner une partie de son temps en tant que bénévole (12-15 heures par mois)
- est acceptée par sa communauté, bénéficie du soutien de son mari et de sa famille
- a un désir d'apprendre et de partager ce qu'elle a appris
- a des facilités de communication et une volonté de recevoir une formation complète
- Idéalement, mais ce n'est pas essentiel, sait lire et écrire



Un groupe de soutien de mère à mère en milieu rural. Momostenango, Totonicapán.

Les activités menées par les mères-relais :

- Les groupes de soutien de mère à mère
- Le conseil individuel
- Les visites à domicile lors des moments clés de la vie de la femme et son enfant. Par exemple, pendant la grossesse, après la naissance, lors du passage à une alimentation complémentaire à l'âge de six mois, ou quand un enfant est malade ou souffrant de malnutrition.

Outre la formation réussie des PC, à la fin du programme en 2012, un réseau de soutien de mère à mère s'est créé entre les 8 communes de Totonicapán.