Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 114 (2016)
Heft: 11

Artikel: Pour un allaitement maternel optimal : une question de gravité
Autor: Duris-Quatelive, Nadège
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-949248

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Pour un allaitement maternel optimal: une question de gravité

Une sage-femme anglaise, Suzanne Colson, invite ses collègues à se souvenir que la maman et le bébé savent instinctivement prendre la «bonne» position d'allaitement. En expliquant ce qu'est le «Biological Nurturing», elle indique quelques pistes pour permettre à la maman et au bébé de découvrir ce qui est le mieux pour eux deux.

Nadège Duris-Quatelive

Vous avez déjà été témoin d'une mise au sein que l'on peut qualifier de «difficile» où la maman, assise en position «Madone», essaie de mettre son enfant au sein. L'enfant met ses mains à la bouche, fait des mouvements de fouissement qui l'éloigne du sein. Et, quand il arrive enfin à prendre le sein, c'est la maman qui manifeste des douleurs au mamelon et/ou au dos, ainsi qu'aux épaules. Suzanne Colson explique les raisons de ces manifestations. Grâce à ses propres recherches, cette sage-femme anglaise apporte une vision éclairée et physiologique des positions d'allaitement. Elle propose une alternative qu'elle appelle «Biological Nurturing» (BN).

Dans notre société occidentale, l'argument de choix pour la réussite de toute entreprise est l'apprentissage intellectuel. Ceci n'échappe pas à l'allaitement maternel. Dans les années 2000, la Grande-Bretagne a décidé de lancer une campagne pour augmenter le taux d'allaitement maternel. Cela passait notamment par «l'apprentissage» des positions d'allaitement, dont une – bien connue – celle de la «Madone». Le taux d'arrêt d'allaitement n'en restait pas moins bas et beaucoup de mamans trouvaient que cela ne les aidait pas beaucoup. C'est ainsi que Suzanne Colson a commencé à s'intéresser aux positions d'allaitement et aux réflexes néonataux des enfants sains, nés à terme.

Auteure

Nadège Duris-Quatelive
Sage-femme consultante en lactation IBCLC, Cheseaux/Lausanne

Vingt réflexes néonataux primitifs

Au cours de ses recherches, elle a repéré que le bébé utilisait vingt réflexes néonataux primitifs pendant l'allaitement. Ces vingt réflexes se classent en quatre catégories:

- les réflexes endogènes (porter les mains à la bouche, fléchir les doigts des mains et des pieds, bâiller);
- les réflexes moteurs qui permettent au nouveau-né de se déplacer comme le réflexe de reptation;
- les réflexes rythmiques;
- les réflexes «anti-gravité» comme celui où le bébé secoue sa tête d'avant en arrière. Suzanne Colson dit qu'il «fait le pivert».

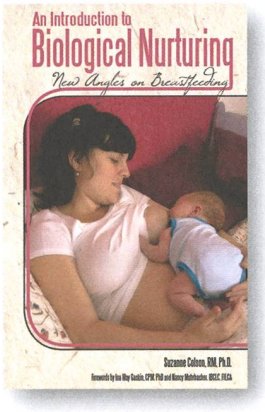
Ces réflexes peuvent être une aide à l'allaitement ou une entrave, selon la position et l'action de la gravité. La position «Madone» de l'allaitement va entraîner un éloignement du bébé au sein du fait de ces réflexes. Par contre, si le bébé est installé sur le ventre de sa mère, les pieds en appui sur les cuisses de sa mère, tous les réflexes qu'il va mettre en œuvre vont lui permettre de bien prendre le sein et la gravité va le stabiliser, et cela sans effort de la part de sa mère.

L'enchaînement des réflexes néonataux aboutit à un réflexe très subtil, celui de la succion. L'enfant aura tendance à bien ouvrir la bouche en grand, à bien étendre la langue, ce qui va lui permettre d'avoir une succion optimale.

Par ailleurs, si nous reprenons la physiologie de la position assise, le poids du haut du corps de la maman repose sur ses ischions et utilise ses muscles abdominaux pour tenir la position. Elle va aussi solliciter ses bras, les muscles du cou, ses épaules pour tenir son bébé bien serré contre elle. Elle et son bébé luttent contre la gravité. Cette position peut entraîner des douleurs et des contractures.

Une position vraiment confortable
Lors de la position BN, la maman est semi-allongée sur le dos. Le poids du haut de son corps va être réparti sur le sacrum et coccyx. Sa position est relaxante, elle mobilise ainsi peu ses muscles et se sent détendue. Ses bras sont libres, les épaules et la tête sont soutenues par des coussins. Cette position est très appréciée par son côté confortable.
Suzanne Colson a montré qu'ainsi installée, la maman va exprimer certains réflexes, comme ceux de guider bébé vers le sein, de sécuriser l'espace en entourant son bébé de ses bras, ou bien de lui caresser les pieds. Selon ces découvertes, elle propose de penser différemment les positions d'allaitement et montre que ce n'est pas l'apprentissage intellectuel qui va augmenter la durée de l'allaitement, mais que nous soyons partenaire des dyades maman/bébé en leur offrant la sécurité nécessaire pour établir un climat hormonal ocytocine/prolactine adéquat, ce qui va entraîner un allaitement maternel optimal.

Comment installer la maman et le bébé?
- Laisser la maman s'incliner en position demi-assise, soit les jambes allongées ou posées sur un petit banc.
- Bien soutenir, son dos, sa nuque, ses bras par des coussins.
- Installer le bébé sur le ventre de sa maman avec les pieds en appui sur les cuisses de sa maman.
- Laisser l'instinct œuvrer.



Le livre qui a fait connaître Suzanne Colson

Bibliographie
Colson, S. (2005) Maternal breastfeeding positions: Have we got it right? (1) «The Practising Midwife», Nov; 8(10):24, 26-27.
Colson, S. (2005) Maternal breastfeeding positions: Have we got it right? (2) «The Practising Midwife», Dec; 8(11):24, 29-32.
Colson, S. et Hawdon, J. M. (2008) Optimal positions triggering primitive neonatal reflexes stimulating breastfeeding. «Early Human Development», Vol. 84, 7, 441-449.
Colson, S. (2012) Biological Nurturing: The laid-back breastfeeding revolution. «Midwifery Today», Spring, 9-12.

Voir aussi: **www.biologicalnurturing.com**

Editorial

Barbara Blatter
Sage-femme indépendante

Chère lectrice, cher lecteur,

Travailler toute l'année entre le centre des requérants d'asile et les villas. Faire la navette entre la pauvreté et l'abondance. Entre la banlieue et les fermes des hameaux ruraux. Entre la joie la plus vive et le chagrin le plus profond. S'occuper d'enfants pesant de deux à six kilos. Accompagner des mères âgées de 15 à 45 ans. Être là pour les enfants, les mères et pères, les grands-parents, frères et sœurs, tantes et oncles. Recevoir du baklava et du fromage des Alpes en remerciement. Mais aussi du chocolat.

Connaître tous les raccourcis et chemins de campagne quand le temps manque et qu'il faudrait être déjà au prochain rendez-vous. Sourire à l'agent de police quand on se fait «pincer». Faire des visites à domicile les samedis et dimanches, à Noël ou à Pâques, ces jours où j'ai le sentiment d'être la seule à travailler. Tout cela n'est possible que parce que ma famille et mon époux me soutiennent.

Parler et comprendre toutes sortes de langues. Mais aussi se taire, ne rien raconter. Etre au clair avec tout ce que je vis et observe. Rencontrer des mères du monde entier. Tant de nations qui ont trouvé en Suisse un «chez soi». Se battre pour l'indemnité de piquet. Expliquer encore et toujours que les sages-femmes ne travaillent pas gratuitement. Manquer de peu le minimum pour sa propre caisse de pension.

Se tenir au courant des nouvelles tendances de l'obstétrique. Et même créer de nouveaux concepts: le véritable post-partum, et non une offre de supermarché ou du genre «Starbuck». Etre à l'écoute et toujours se laisser surprendre par tous les récits d'accouchement. Refuser chaleureusement le café offert. Six visites à domicile: il ne faut pas abuser des bonnes choses. Toujours accepter le thé arabe servi par la belle-mère. Et s'entendre dire dans la rue et avec bonheur, des années plus tard, «Vous étiez notre sage-femme du post-partum».

Cordialement, Barbara Blatter