

# Synthèse | Midi-causerie Les femmes performantes et l'allaitement

avec Kimberley Mackenzie  
consultante en lactation, IBCLC



Une femme performante, c'est...

Une mère qui allaite exclusivement et à la demande,,  
mais qui se met de la pression pour conserver ses  
activités professionnelles et de loisirs.

Qui sont les mères performantes:

- Une mère avec un bébé très désiré (ex.: in-vitro)
- Une mère anxieuse
- Une mère qui a un projet à réussir (son allaitement)

Ce qui impact les femmes performantes dans  
le discours de promotion:

- L'allaitement est extraordinaire
- L'allaitement est le meilleur pour l'enfant
- L'allaitement est normal et facile
- Il y a des risques du non allaitement

## ⚠ Quand la promotion devient source de pression! ⚠

✓ **Quelle est la ligne entre encourager les femmes à allaiter et leur faire de la pression?**

- Importance d'échanger avec la mère sur son désir d'allaiter sans pression.
- Discuter de l'importance de l'allaitement pour elle (attention lorsque cela devient une obligation).
- Discuter de son objectif d'allaitement pour l'épauler et respecter ses choix.
- Importance de leur montrer des allaitements divers (jumeaux, tétérèle, etc.) dans les haltes pour diminuer la pression d'un allaitement parfait.

✓ **En tant que professionnels/bénévole de la lactation, est-ce qu'on pousse de façon implicite que le rôle de la mère est plus important que les autres rôles de la femme?**

- L'impression de performance est projetée dans les médias avec une image de la mère productive dans son congé de maternité et dans sa conciliation travail/famille/allaitement. La société accorde plus d'importance au travail et à la performance qu'au travail reproductif.
- Les bénévoles (bien habillés ou non) démontrent une meilleure réalité de la mère allaitante en congé de maternité.

✓ **Comment promouvoir des choix sants en alimentation infantile d'une façon de respecter entièrement la complexité de la décision de chaque famille rencontrée ?**

Le rôle du professionnels et ses outils:

- Informer sur l'allaitement le plus tôt possible;
- Informer des bienfaits du colostrum pour retirer la pression d'allaiter;
- Informer des bienfaits du peau à peau si son choix n'est pas d'allaiter;
- Suivre des formations pour leur permettre d'épauler les mères.



Le rôle de la marraine Nourri-Source:

- Demander comment l'allaitement entre dans la vie de la famille;
- Formation continue en allaitement;
- Avoir des connaissances sur les outils disponibles pour l'aide à l'allaitement (téterelles, tire-lait, etc.).