



## Info Septembre 2017

[www.allaiter.ch](http://www.allaiter.ch)

Chère lectrice, cher lecteur,  
Ce courrier, que vous recevez quatre fois par an, vous présente des informations sur les activités de Promotion allaitement maternel Suisse et sur d'autres actualités du domaine de l'allaitement maternel.

Dans cette édition :

- > Semaine mondiale de l'allaitement maternel 2017  
*Commande de matériel*  
*Promotion spéciale : « Nouveaux horizons »*
- > Colloques interdisciplinaires 2017
- > Conférence suisse de santé publique 2017 : atelier sur  
l'allaitement maternel
- > Nouvelle brochure pour les pères et les mères
- > Nouvelle brochure sur l'alimentation des nourrissons et  
des enfants en bas âge
- > Actualités du monde de la recherche
- > Projet Miapas
- > Allaitement et travail – FAQ
- > mamamap
- > Matériel d'information

Meilleures salutations  
Christine Brennan, directrice

### Promotion allaitement maternel Suisse

Schwarztorstrasse 87, 3007 Berne  
tél. 031 381 49 66, fax 031 381 49 67

[modifier les coordonnées](#) | [se désinscrire](#) | [contact](#)



## Semaine mondiale de l'allaitement maternel, du 16 au 23 septembre 2017

### L'allaitement maternel nous concerne tous

De nombreuses activités sont déjà planifiées. La liste des manifestations annoncées, qui est régulièrement actualisée, peut être consultée [ici](#).  
Commandez [ici](#) des affiches, des cartes postales et des puzzles pour vos activités.

Permettre un bon développement aux enfants est une tâche qui concerne l'ensemble de la société. C'est le message principal de la semaine mondiale de l'allaitement maternel qui aura lieu **du 16 au 23 septembre 2017**. Par le slogan « L'allaitement maternel nous concerne tous », les responsables en Suisse invitent tant les organisations que chaque individu à contribuer à la mise en place de conditions cadres favorables à l'allaitement maternel. [Plus d'informations](#)



Par le biais de nombreuses manifestations et activités diverses pendant la semaine mondiale de l'allaitement maternel du 16 au 23 septembre 2017, nous voulons appeler à la coopération en faveur de l'allaitement maternel. Des puzzles seront distribués en tant que symbole de la campagne.

#### Activités

Toutes les manifestations ayant lieu dans le cadre de la semaine mondiale de l'allaitement maternel 2017 sont publiées par Promotion allaitement maternel Suisse sur son site [Internet](#) ainsi que sur Facebook.

#### Commandes de matériel

Promotion allaitement maternel Suisse met gratuitement à disposition de toute personne, organisation ou entreprise qui organise une activité des affiches, des cartes postales et des puzzles. Ce matériel peut être commandé [ici](#).

#### Promotion spéciale : « Nouveaux horizons »

À l'occasion de la semaine mondiale de l'allaitement maternel, un rabais de 20% vous est offert sur la bande dessinée « Nouveaux horizons » (35% à partir de dix exemplaires). Valable pour des commandes effectuées jusqu'au 30 septembre 2017. [Commandez ici en apportant la mention « Semaine mondiale ».](#)

## Colloques interdisciplinaires 2017

#### 31 août 2017 à Zurich

63 personnes ont assisté au colloque du 31 août 2017 à Zurich.

Améliorer les connaissances sur les différences culturelles et réduire les barrières, tel était l'objectif de ce colloque interdisciplinaire placé sous le titre « **Compétence transculturelle** ». Le programme, élaboré en coopération avec la Croix-Rouge suisse, était axé sur les aspects suivants :

- Les bases de la compétence transculturelle
- Communication sans barrières dans les soins obstétricaux fournis aux migrantes allophones
- Encourager l'interaction entre mère et enfant de manière transculturelle – de quoi les spécialistes ont-elles besoin ?
- Table ronde et possibilité de poser des questions aux intervenants et intervenantes.

[Les transparents présentés lors des exposés ainsi que des photos seront disponibles sous peu ici.](#)

#### 12 septembre 2017 à Lausanne (après-midi) : « Soutenir l'allaitement maternel »

En Suisse, 95% des femmes choisissent l'allaitement maternel à la maternité. Plus donc que de le favoriser, il s'agit de le soutenir pour permettre aux mères de poursuivre cet allaitement le plus longtemps possible et ce même dans les situations complexes lorsque mère et enfant sont séparés. C'est l'objectif des initiatives développées par le DFME (Département femme-mère-enfant) :

- Création d'une unité de soutien à l'allaitement maternel en néonatalogie
- Partenariat pour L'Allaitement à la Maternité : développement d'un programme visant à diminuer le stress perçu des mères lié à l'allaitement
- Partenariat pour L'Allaitement à la Maternité : informer les femmes.

Pour des informations supplémentaires et le programme, [cliquez ici](#).

[Inscription](#)

## Conférence suisse de santé publique : atelier consacré à l'allaitement maternel

Le lait maternel en tant qu'une forme de médecine personnalisée.

La conférence aura lieu les 22 et 23 novembre 2017 : [Programme](#)

Les résultats de la recherche qualitative sur le thème « allaitement et travail » ainsi que les résultats de l'enquête SWIFS seront discutés sur la base du modèle de Promotion Santé Suisse. Une attention particulière sera accordée aux déterminants « travail » et « soutien par les pères ».

## Une nouvelle brochure au sujet de l'allaitement qui s'adresse également aux pères



Avez-vous déjà jeté un œil dans la nouvelle brochure pour les pères et les mères ? (vous pouvez le faire [ici](#))

Vous préférez une copie imprimée ? Commandez votre **exemplaire gratuit** à l'adresse [contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch). Nous nous réjouissons de tout commentaire à propos de cette nouvelle brochure ; veuillez nous communiquer votre avis par e-mail à l'adresse [contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch).

La brochure à deux faces est conçue de manière à éveiller l'intérêt du groupe cible des jeunes adultes, et ce tant au niveau du contenu que du graphisme. Elle s'adresse non seulement à la future mère mais également et directement à son partenaire.

A part des informations générales liées à l'allaitement et au lait maternel, les femmes trouveront dans cet opuscule des renseignements sur les nombreux avantages que présente l'allaitement, sur les préjugés encore trop répandus ainsi que sur la manière de composer avec les éventuelles entraves à l'allaitement.

En tournant la brochure et commençant au verso, les hommes trouveront des informations qui s'adressent plus spécifiquement à eux.

## Nouvelle brochure sur l'alimentation des nourrissons et des enfants en bas âge



Une alimentation équilibrée constitue la base nécessaire au bon développement de l'enfant, jusqu'à l'âge adulte. Afin d'aider les parents dans leurs questions liées à l'alimentation des nourrissons et des enfants en bas âge, l'OSAV a collaboré avec plusieurs organisations spécialisées pour formuler les recommandations suisses officielles relatives à ce sujet, qu'il a publiées sous forme de brochure début juin 2017.

Les contenus se fondent sur le rapport de la Commission fédérale de l'alimentation intitulé « Alimentation durant les 1000 premiers jours de vie – de la conception au 3<sup>e</sup> anniversaire » (2015) et sur [les recommandations de la Commission de nutrition de la Société Suisse de Pédiatrie](#) (2017).

Disponible en allemand, en français et en italien, la brochure peut être commandée gratuitement sous [forme imprimée auprès de la Confédération](#) ou [être téléchargée au format PDF](#). Un dépliant en plusieurs langues est également prévu.

La brochure traite les sujets suivants :

- l'alimentation durant la 1<sup>re</sup> année de vie : l'allaitement, l'alimentation au biberon, les aliments de complément
- l'alimentation durant les 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> années de vie : les comportements alimentaires, les recommandations pour une alimentation saine et variée, les repas principaux et les collations
- les suppléments nutritionnels
- la prévention des allergies
- l'activité physique

En complément, d'autres informations intéressantes sur l'alimentation des nourrissons et des enfants en bas âge sont publiées sur le site [www.osav.admin.ch](http://www.osav.admin.ch).

## Recertification IBCLC

Vous trouvez [ici](#) un aperçu des différentes possibilités de recertification.

## Actualités du monde de la recherche

### **OMS : FAQ à propos du code de conduite**

L'OMS a mis à jour le document avec les questions fréquemment posées à propos du code de conduite concernant les substituts du lait maternel. ([version originale en anglais](#))

### **Jus de fruits**

Des experts allemands et américains mettent en garde : les jus de fruits pour les enfants, c'est comme le champagne pour les adultes – l'excès peut nuire à la santé. [Pour en savoir plus](#) (en allemand)

### **OMS/UNICEF**

Aucun pays dans le monde entier ne satisfait aux recommandations de l'UNICEF et de l'OMS. [Pour en savoir plus](#)

### **L'allaitement maternel contribue à réduire le surpoids chez les enfants**

Une étude a analysé les effets de l'allaitement et de sa durée sur le risque de surpoids chez les enfants. Il en est ressorti qu'un mois d'allaitement a réduit de 36% le risque de surpoids à l'âge de deux à onze ans. Ce pourcentage était même de 42% si l'allaitement a duré plus de six mois. [Lire l'article](#) (en anglais)

### **L'influence de l'allaitement sur le cancer du sein**

Une analyse des recherches récentes a confirmé que l'allaitement peut réduire le risque de cancer du sein. Le rapport de l'American Institute for Cancer Research (AICR) et du World Cancer Research Fund (WCRF) présente plusieurs explications possibles. D'une part, la lactation réduit l'exposition aux œstrogènes, liée à un risque augmenté de cancer du sein. D'autre part, certains tissus du sein avec des cellules contenant de l'ADN endommagé et potentiellement source de cancer, sont décomposés après la période d'allaitement. [Lien vers le rapport](#) (en anglais)

### **Le lait maternel peut protéger contre les streptocoques du groupe B**

Des chercheurs aux États-Unis ont trouvé que le sucre du lait maternel possède un potentiel de protéger contre les streptocoques du groupe B, qui peuvent provoquer de graves infections chez les nouveau-nés. [Lien vers l'étude](#) (en anglais)

### **Une étude concernant l'Initiative Hôpitaux Amis des Bébé**

L'Initiative Hôpitaux Amis des Bébé a mené à des taux et durées d'allaitement plus élevés. Une étude a analysé la relation entre certification des hôpitaux et durée d'allaitement. Les durées les plus longues étaient enregistrées chez les enfants nés dans les hôpitaux certifiés au moment de l'enquête, mais un effet était encore constaté dans les établissements qui avaient détenu le certificat à un moment antérieur. [Lien vers l'étude](#) (en anglais)

Informations présentées par l'Institut européen pour l'allaitement maternel et la lactation (en allemand) :

- [Trop de lait et réflexe d'éjection du lait trop fort](#)
- [Aliments formula et en petits pots au Royaume-Uni](#)
- [L'allaitement réduit le risque de développer un cancer de l'endomètre chez les mères](#)
- [Recommandations au sujet des aliments complémentaires](#) (vue d'ensemble des recommandations émises en Autriche, Allemagne et Suisse)
- [L'allaitement réduit le risque de maladies cardiaques chez les mères](#)
- [L'allaitement prolongé réduit le risque de sclérose en plaque chez les mères](#)

## Projet Miapas de Promotion Santé Suisse

Dans le cadre du projet [Miapas](#), Promotion Santé Suisse encourage la santé des jeunes enfants en collaboration avec des partenaires nationaux : d'une part, on rédige et diffuse des données de base, des recommandations et des messages communs à l'adresse des spécialistes de la petite enfance. D'autre part, on sensibilise les décideurs du monde politique à l'importance de la promotion de la santé des jeunes enfants.

Les acteurs nationaux du domaine de la petite enfance publient pour la première fois des recommandations concernant la promotion de l'activité physique chez les nourrissons, les jeunes enfants et les enfants d'âge préscolaire. Ces recommandations se présentent sous forme théorique pour les professionnels et sous forme de conseils pratiques pour les parents et les personnes de référence.

Vous trouvez les recommandations et les dépliants pratiques [ici](#).

## Allaitement et travail

### Questions d'ordre juridique [FAQ \(Frequently Asked Questions\)](#)

Les réponses à de nombreuses questions d'ordre juridique qui sont souvent posées en lien avec le thème « allaitement et travail » ont été formulées de manière succincte. Vous les trouvez [ici](#).

La [check-list pour les mères qui retournent au travail](#) est disponible en dix langues : français, allemand, italien, anglais, albanais, espagnol, portugais, serbe/croate, tamoul, turc.

Est également disponible une feuille d'information pour les [employeurs](#).

## mamamap – allaiter tout en mobilité

### Allaiter en public : la situation en Allemagne

Promotion allaitement maternel Suisse était invitée à participer au groupe de travail « Allaiter en public » de la commission d'allaitement nationale allemande, qui a pour mission d'encourager le développement d'une nouvelle culture d'allaitement et de promouvoir l'acceptation de l'allaitement. Sur mandat du ministère de l'alimentation, la commission a élaboré des messages clés visant à promouvoir l'allaitement dans l'espace public. Promotion allaitement maternel Suisse a présenté son projet mamamap au groupe de travail.

[Information aux médias](#) (en allemand)

[Des messages positifs à propos de l'allaitement dans l'espace public](#) (en allemand)



### Plus de mille espaces allaitement sont désormais répertoriés !

Nous avons mis à jour l'application pour trouver des espaces allaitement publics, en tenant compte des développements récents de la technique et en apportant des améliorations au niveau du contenu.

Consultez la nouvelle version ici : [www.mamamap.ch](http://www.mamamap.ch)

Une carte permet de repérer ces espaces allaitement. Connaissez-vous un endroit où les mères qui allaitent sont les bienvenues et qui ne se trouve pas encore sur [mamamap.ch](http://mamamap.ch) ? Alors n'hésitez pas à l'indiquer.

Les espaces allaitement publics portent ce pictogramme :



# Matériel d'information

- Court métrage « Breast is best » en 14 langues



Le court métrage « Breast is best » en **14 versions linguistiques** (français, allemand, italien, anglais, albanais, arabe, espagnol, farsi, kurde, portugais, somali, tamoul, tigrinya et turc) est disponible gratuitement : [www.allaiter.ch/courtmetrage](http://www.allaiter.ch/courtmetrage). Depuis son lancement en décembre 2016, le film a été visionné plus de 18'000 fois.

Les flyers d'information destinés aux parents et indiquant le lien direct peuvent être commandés à l'adresse [contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch).

Nous vous remercions de contribuer à ce que chaque future mère puisse voir ce film dans sa langue maternelle.

- Film « L'allaitement des prématurés »



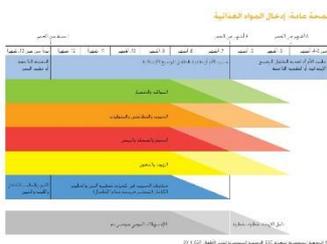
Ce film montre les premières étapes vers le succès de l'allaitement des prématurés. Il est disponible gratuitement sur [www.allaiter.ch/premature](http://www.allaiter.ch/premature). Depuis son lancement en août 2016, le film a été visionné environ 6'000 fois.

Les [flyers](#) destinés aux parents, avec des informations et l'indication du lien, peuvent être commandés [ici](#).

Le film peut également être commandé [ici](#) sur un DVD comprenant les quatre langues.

Nous nous réjouissons de tout feed-back concernant ce film adressé à [contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch). Merci d'avance !

- Recommandations de la SSP et la SSN en 12 langues



Le tableau synoptique sur l'introduction des aliments chez le nourrisson, disponible jusqu'alors en français, allemand, italien et anglais, a été traduit dans les langues suivantes : albanais, arabe, espagnol, portugais, serbe/croate, tamoul, tigrinya et turc. Toutes les versions linguistiques peuvent être téléchargées [ici](#).

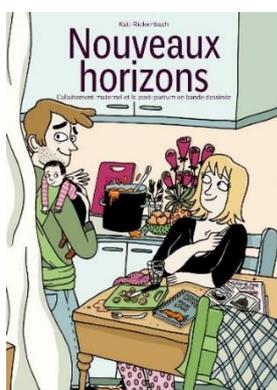
- **Brochure d'allaitement**



La brochure d'allaitement est disponible en 12 langues : français, allemand, italien, anglais, albanais, arabe, espagnol, portugais, serbe/croate, tamoul, tigrinya et turc.

Nous vous prions d'offrir cette [brochure](#) aux femmes concernées dans leur première langue. Veuillez également nous informer si vous êtes d'avis qu'elle devrait être traduite en une langue supplémentaire ([contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch)). Nous vous remercions de votre coopération.

- **Bande dessinée « [Nouveaux horizons](#) »**



[Départ pour une vie avec bébé](#)

La naissance d'un enfant marque le départ pour un voyage passionnant et riche en nouvelles expériences – surtout s'il s'agit de la première fois. La bande dessinée « Nouveaux horizons » décrit le parcours des jeunes parents Louise et Tom de la naissance de leur fille Anne en passant par les diverses phases du post-partum jusqu'à la gestion d'un quotidien qui a beaucoup changé. Avec humour et sensibilité, l'illustratrice Kati Rickenbach montre toute la palette des situations typiques dans cette période de vie extraordinaire, ses moments de joie, de préoccupations et d'incertitudes. Accompagné d'une brochure rassemblant des informations utiles sur l'allaitement et le post-partum, « Nouveaux horizons » offre non seulement une lecture divertissante mais aussi une aide précieuse pour s'adapter à la vie avec bébé.

- **Film de formation « Breast is best » sur [DVD](#)**
- **Brochure et leporello édités par l'OSAV : « [Alimentation pendant la grossesse et la période d'allaitement](#) »**
- **[FAQ](#), Questions fréquemment posées**

## Autre matériel d'information pour les migrantes

En fournissant des informations en plusieurs langues sur des questions de santé, [migesplus.ch](http://migesplus.ch) facilite l'accès aux prestations et contribue à améliorer la santé des migrants et migrantes.

Les recommandations de l'OSAV concernant l'alimentation pendant la grossesse et la période d'allaitement sont maintenant disponibles sous forme d'un leporello en 14 langues. Elles peuvent être commandées [ici](#).

