INSTITUT d'études

LA BOITE Rose
ACTEUR ENGAGÉ DÈS LE DÉBUT DE LA VIE

france 5 .LA MAISON. des MATERNELLES

GRANDE ENQUÊTE Allaitement



— Croyances et préjugés sur l'allaitement —

Pendant la grossesse, les futures mamans vont devoir prendre la décision d'allaiter ou non leur bébé. En la matière, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise décision, il s'agit d'un choix personnel de la maman. Entre les recommandations médicales favorables à l'allaitement et les contraintes liées à ce type d'alimentation, il peut être difficile de s'y retrouver. C'est dans ce contexte que nous avons décidé de réaliser une étude auprès des futures et jeunes mamans inscrites à notre programme d'accompagnement dans le but d'identifier les croyances et les préjugés sur l'allaitement.

Notre objectif : toujours mieux les connaître afin de les accompagner tout au long de leur grossesse ainsi que durant les premières années de leur enfant.

Ces dernières années, les avancées en matière d'allaitement maternel ont été considérables, et on reconnaît désormais à l'allaitement de nombreux bénéfices tant au niveau de la santé, de la nutrition, de la protection contre les infections virales qu'au niveau du développement de l'enfant. Compte tenu de ces avantages, de plus en plus de mamans font le choix d'allaiter leur bébé. Bien plus qu'une mode, il s'agit d'une tendance de fond.

Quelle est la part des femmes qui allaitent ? Quels sont les facteurs discriminants dans le choix de l'allaitement ? Quelles sont les motivations pour allaiter ? Quelles sont les raisons de l'arrêt de l'allaitement ? Comment les mamans qui allaitent vivent-elles le retour au travail ?

71% des femmes déclarent avoir toujours voulu allaiter

Depuis quelques années, le nombre de femmes qui décident d'allaiter ne cesse d'augmenter. Seules **9%** des femmes n'ont jamais allaité.

96%

La majorité des femmes déclarent avoir toujours voulu allaiter leur bébé. Pour faire ce choix, elles s'informent principalement auprès des sages-femmes **(96%)**. Viennent ensuite, la conseillère en lactation, la PMI (Protection maternelle et infantile) et le pédiatre.

Parmi les femmes qui n'allaitent pas, la majorité **(57%)** d'entre elles affirment simplement ne pas en avoir eu envie. Dans ce cas, difficile de les convaincre d'allaiter. Pour les autres, en revanche, avoir la possibilité d'être suivies à la maison par du personnel médical aurait pu les faire changer d'avis **(16%)**, tout comme une meilleure information à propos de l'allaitement **(24%)**. Dans les facteurs intervenant dans la décision de ne pas allaiter, on trouve la représentation animale de l'allaitement **(33%)**, mais aussi la peur de ne pas y arriver **(31%)**.

Le peau-à-peau, facteur décisif dans le choix de l'allaitement

Suite à l'accouchement, 83% des mamans ont eu la possibilité de pratiquer le peau-à-peau.

La proposition, par le personnel médical, du peau-à-peau est un élément décisif dans le choix de l'allaitement. On constate que **85,4%** des mamans qui ont pratiqué le peau-à-peau allaitent. Au-delà du lien créé plus rapidement avec la maman, le contact peau à peau permet aussi au nourrisson d'accepter plus facilement le sein dans les heures qui suivent l'accouchement et d'avoir une bonne prise du sein. La première tétée est donc moins désagréable pour la maman. Grâce à cette technique, les jeunes mamans rencontrent moins de difficultés par la suite pour allaiter leur bébé et, de ce fait, poursuivent l'allaitement.



Plus la maman est âgée, plus le choix de l'allaitement s'impose

L'analyse approfondie de l'âge des femmes qui allaitent confirme la corrélation entre l'âge de la maman et le choix de ce mode d'alimentation. Dans la tranche des 26-40 ans, on constate que plus la maman est âgée, plus le choix de l'allaitement s'impose. Entre 26 et 30 ans, **89,5%** des femmes décident d'allaiter ; entre 31 et 35 ans, elles sont **92%** ; et entre 36 et 40 ans, **95%** font ce choix. A contrario, en dessous de 26 ans et au-delà de 40 ans, les femmes hésitent majoritairement à allaiter.

95%
des 36-40 ans
décident d'allaiter

92%
des 31-35 ans
décident d'allaiter

89.5%
des 26-30 ans
décident d'allaiter

Seules 5% des femmes cadres n'ont jamais allaité



Avoir une activité professionnelle n'est pas un facteur discriminant dans la décision d'allaiter ou non. En revanche, suivant les types de catégories socio-professionnelles, on peut noter des différences. Les femmes cadres allaitent plus que les employées, ouvrières, artisanes et agricultrices.

Seules **5%** des femmes cadres n'ont jamais allaité, alors que, dans d'autres catégories, elles sont en moyenne **12,5%** à n'avoir jamais allaité, soit 2 fois et demie plus. Si ces femmes allaitent moins, c'est qu'il est plus difficile pour elles de concilier vie professionnelle et allaitement ; et lorsqu'elles décident d'allaiter, la période d'allaitement est plus courte.

98% des mamans choisissent l'allaitement pour les bénéfices sur la santé de l'enfant

La motivation principale des futures mamans pour allaiter est la santé du bébé. **98%** déclarent vouloir allaiter pour donner le meilleur à leur enfant et sont d'accord avec le fait que l'allaitement est un acte tout à fait naturel. La composition évolutive du lait en fonction de l'âge et des besoins de l'enfant est un atout que reconnaissent **100%** des mamans interrogées. Bien que le lien affectif avec l'enfant pèse dans le choix de l'allaitement, la santé reste le facteur le plus important aux yeux des futures mamans.

50% des femmes estiment ne pas être bien informées sur les difficultés de l'allaitement

L'arrêt précoce de l'allaitement s'explique en partie par le manque d'information concernant les difficultés que l'on peut rencontrer durant l'allaitement. En effet, **50%** des femmes estiment ne pas être bien informées à ce sujet. Elles décident d'allaiter car elles sont convaincues de donner le meilleur à leur enfant, puis se retrouvent confrontées à des difficultés telles que le refus de téter du bébé, des douleurs aux seins, la fatigue, le stress... Face à toutes ces difficultés, elles se retrouvent dépassées et abandonnent plus facilement l'allaitement.



70% des mamans n'ont pas poursuivi l'allaitement à leur retour de congé maternité

La reprise d'une activité professionnelle marque souvent l'arrêt de l'allaitement. **70%** des mamans ne poursuivent pas l'allaitement à leur retour de congé maternité, et **43%** d'entre elles déclarent avoir arrêté de façon contrainte. Elles souhaitaient continuer, mais n'en ont pas eu la possibilité. Ce chiffre montre qu'il peut exister une incompatibilité entre le fait d'allaiter son enfant et de travailler. En revanche, quand on leur demande si allaiter signifie mettre sa carrière entre parenthèses, les femmes sont toutes d'accord pour dire que non. Selon elles, allaiter en travaillant est avant tout une question d'organisation.

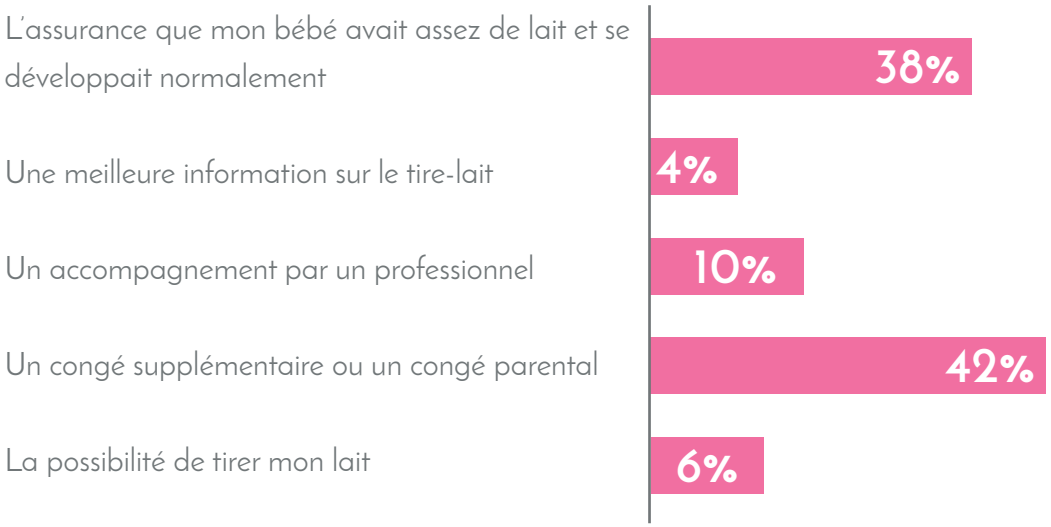
80% des femmes considèrent qu'il est impossible de concilier allaitement et activité professionnelle

Le manque de confiance en soi joue un rôle important dans l'arrêt de l'allaitement lors de la reprise du travail. En effet, la majorité des femmes considèrent qu'il est impossible de concilier allaitement et activité professionnelle. Elles arrêtent donc dès la reprise du travail, invoquant une gestion des tétées et de la conservation du lait trop contraignante. Là encore, le manque d'information est criant. Car allaiter son enfant uniquement le soir, les week-ends ou encore pendant les vacances est tout à fait possible, et aussi bénéfique pour l'enfant. Ces femmes sont également anxieuses à l'idée de ne pas avoir assez de lait pour nourrir leur bébé.



42% des femmes déclarent qu'un congé supplémentaire les inciterait à continuer l'allaitement

Si l'on en croit les études menées en Suède, un congé supplémentaire serait une solution pour les femmes qui souhaitent allaiter. En effet, en France, 6 mois après la naissance de l'enfant, seulement **16%** des mamans continuent à allaiter, contre **70%** en Suède. Ce chiffre a été obtenu grâce à un congé maternité allant jusqu'à 14 mois.



79% des femmes qui allaitent pensent que cela pose un problème pour leur entreprise

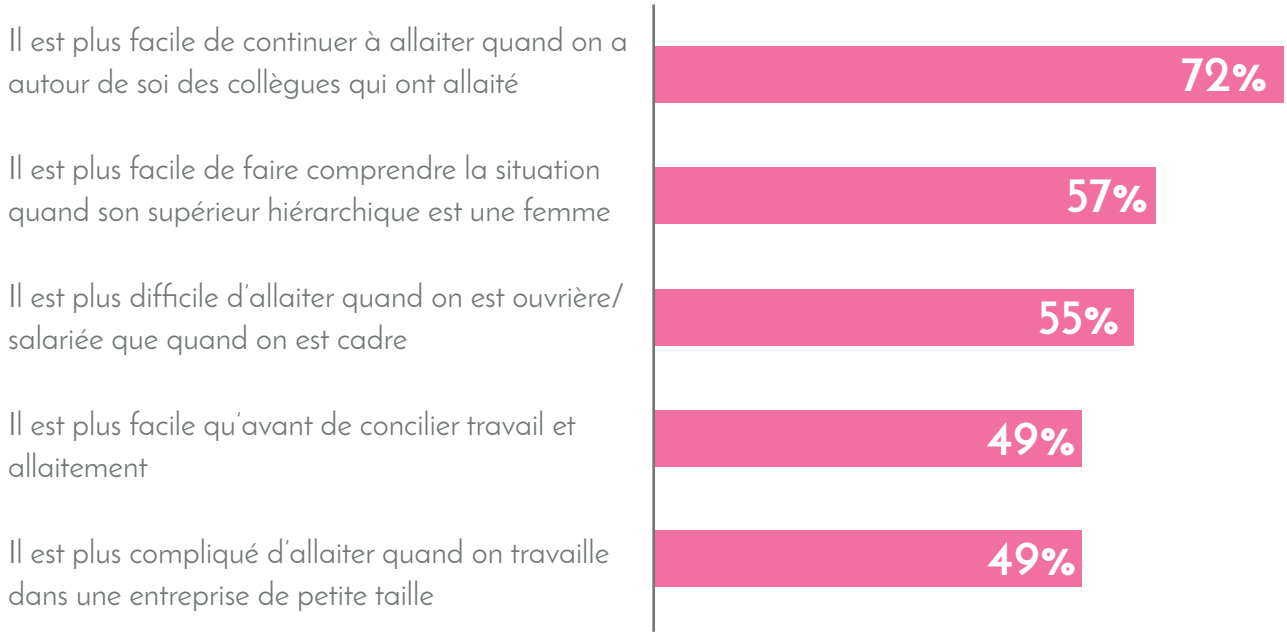
Au travers de notre enquête, nous avons décelé un autre problème rencontré par les femmes qui allaitent au travail. Les entreprises ne savent pas toujours comment réagir face à une femme qui allaite. C'est vrai en particulier dans les PME où le droit du travail concernant l'allaitement maternel est souvent méconnu et difficile à mettre en œuvre financièrement. En effet, une femme qui allaite doit avoir à sa disposition une salle et un réfrigérateur pour conserver son lait, et bénéficier d'horaires flexibles pour pouvoir tirer son lait. De ce fait, les femmes allaitantes sont souvent perçues comme une contrainte dans le monde professionnel.

72% des femmes pensent qu'il est plus facile d'allaiter quand on a des collègues qui ont allaité

Il semble en effet plus facile de prolonger l'allaitement au travail quand on a autour de soi des collègues qui ont elles-mêmes allaité. Ainsi, les femmes allaitantes se sentent épaulées dans leur démarche et peuvent même recevoir des conseils de la part de leurs collègues. Et **76%** des femmes qui ont allaité déclarent avoir pu aider des collègues en matière d'allaitement.

Pour 57%, il est plus facile de faire comprendre la situation quand son responsable est une femme

Autre facteur important pour la poursuite de l'allaitement chez les femmes actives : avoir une femme comme supérieur hiérarchique. **57%** pensent qu'il est alors plus facile de faire comprendre la situation et de trouver une solution adéquate qui conviendra aux deux parties.



Ce qu'il faut retenir

La majorité des femmes interrogées affirment avoir toujours voulu allaiter. Leur motivation principale est la santé de leur bébé. Parmi les facteurs discriminants dans la décision d'allaiter, notre enquête a révélé que la CSP à laquelle appartient la maman joue un rôle : la proportion de mamans qui allaitent chez les CSP+ est plus importante que chez les CSP-. D'autres critères favorisent l'allaitement, l'âge de la maman par exemple, on constate que dans la tranche des 26-40 ans, plus la maman est âgée, plus le choix de l'allaitement s'impose. La proposition du peau-à-peau juste après l'accouchement est aussi un élément décisif dans le choix de l'allaitement. En effet, **85,4%** des mamans qui ont pratiqué le peau-à-peau allaitent.
Parmi les femmes qui font le choix d'allaiter leur enfant, très peu pratiquent l'allaitement sur le long terme. Généralement, c'est le retour au travail qui marque la fin de l'allaitement **(70%)**. L'arrêt précoce de l'allaitement peut aussi s'expliquer par le manque d'information concernant les difficultés rencontrées durant l'allaitement.



— LES RECOMMANDATIONS —

Afin d'aider les mamans dans leur démarche, nous préconisons de mieux les informer lors de la grossesse sur les difficultés qu'elles peuvent rencontrer durant l'allaitement et de favoriser l'implication du père. Ainsi, elles sauront comment faire face aux difficultés rencontrées et se sentiront soutenues, elles abandonneront donc moins facilement.

Une fois devenue maman, la femme qui allaite doit bénéficier d'un accompagnement régulier avec des rendez-vous aux étapes clés qui marquent principalement l'arrêt de l'allaitement : la mise en route de l'allaitement et la reprise du travail.

Il est aussi important de respecter la décision d'allaiter ou de ne pas allaiter de chaque maman. Même si une femme choisit de ne pas allaiter, il faut l'accompagner dans son choix de biberons et la conseiller sur les différents types de lait qui existent.

Concernant le retour au travail, il est aussi primordial d'informer les entreprises sur les droits des femmes qui allaitent et sur les différentes options permettant de les accompagner dans leur démarche. De cette manière, les entreprises sauront réagir et ne verront plus l'allaitement comme une contrainte.

— QUI SOMMES-NOUS ? —

Depuis 1952, La Boîte Rose accompagne les jeunes parents dans le plus beau rôle de leur vie en leur offrant des guides pédagogiques, des conseils utiles et des cadeaux tout au long de leur parcours naissance. En plus de cette activité, La Boîte Rose a développé un institut d'études pour être toujours au plus près des attentes des femmes enceintes et des mamans qui lui font confiance. Notre crédo : conseiller les femmes et aider nos partenaires à mieux répondre à leurs attentes.

www.laboiterose.fr

MÉTHODOLOGIE

Les résultats présentés dans ce document sont issus d'une étude menée en ligne du 13 au 17 mars 2017 sur un échantillon de 6 991 mamans âgées de 18 ans et plus inscrites au programme d'accompagnement de La Boîte Rose. Les participantes ayant retourné des questionnaires incomplets ont été exclues de l'analyse.

