



Québec
INFACIT

hiver 2000

Bulletin no.3



INFACIT Québec C.P. 323 Granby QC J2G 8E5 Téléphone: 450-375-3413 Courriel:

Papa ne donne pas le sein ? Tant mieux.

Chers futurs ou jeunes pères, vous ne pouvez allaiter, et tant mieux. Lorsque vous baignez, câlinez, bercez, pouponnez votre enfant, vous ne le faites pas de la même manière que votre tendre moitié...et tant mieux. Votre enfant n'a pas besoin de deux mères.

La notion de paternage est récente, dans notre culture en tout cas. Du coup, jeunes pères de bonne volonté, vous devez inventer votre rôle, créer votre "art d'être père". Pas facile : beaucoup d'entre vous n'ont jamais (ou si peu) le souvenir d'avoir été "paternés".

Donc, il faut innover. Cette innovation ne va pas sans tâtonnements. Comme il n'y a pas encore de modèle culturel bien établi de la relation père-nouveau-né, un des réflexes est d'imiter la relation mère-nouveau-né. Ce qui a amené pas mal de confusions entre autres dans le domaine de l'allaitement.

Éloge de la relation multisensorielle

"L'allaitement maternel prive le père de sa relation au tout-petit" est un des préjugés les plus regrettables qu'ait produit la mode des "papas-poules". Il est généralement suivi par le conseil suivant : "Donnez donc un petit

biberon de temps en temps..." Piètre consolation ! Le bébé ne serait qu'un tube digestif ? Ses besoins ne seraient qu'alimentaires ? Les relations avec lui ne pourraient être que nourricières ?

Non, bien sûr. Des études récentes ont confirmé ce que les parents un tant soit peu observateurs ont compris depuis longtemps : le bébé est un être de perception et de communication ; tous sens en éveil, il découvre son



Jérémy et François

environnement humain et matériel. Ses facultés sensorielles se mettent en place bien avant la naissance. De sa "bulle" (qui ne ressemble en rien à un caisson d'isolation !), il apprend déjà à

percevoir son entourage et même, à communiquer. Dès la naissance, cet étonnant petit bonhomme (ou cette étonnante demoiselle) est prêt(e) à rencontrer papa aussi bien que maman, et pas seulement lors des repas.

Faisons brièvement un petit inventaire des facultés du nouvel arrivant.

Le **toucher** est un sens très développé, car il a été beaucoup stimulé durant la grossesse : les "bavardages" tactiles avec sa mère ou son père, les mouvements de sa mère, le doux bercement de sa respiration, les pulsations du cordon ombilical...sont autant de contacts que le bébé emmagasine et reconnaît. Après sa naissance, il apprécie le contact peau à peau, le câlin contre une poitrine maternelle ou paternelle qui le berce au rythme de sa respiration, la chaleur d'une main bienveillante, la sensation de l'eau lors du bain...

Le **sens kinesthésique** est également très développé. Il s'agit de perception du mouvement et de la situation du corps dans l'espace (exemple : les yeux fermés dans une voiture, vous sentez si elle démarre ou si elle freine). Bébé apprécie beaucoup les bercements et les jeux kinesthésiques : pressions, sautilllements, promenades... Progressi-

Allaiter en public. Pourquoi demandons-nous l'autorisation?

INGRID BAYOT

“La jeune mère demanda au patron du restaurant l'autorisation d'allaiter dans le restaurant et celle-ci lui fut refusée.”

Ces dernières années, quelques faits divers commencèrent de la sorte. Le refus entraîna une réaction en chaîne, le plus souvent très médiatisée, relançant une fois de plus la question de l'allaitement en public.

Est-il un droit? Agresse-t-il les sensibilités? L'allaitement doit-il rester un acte strictement intime? Que penser alors de la localisation de la majorité des salles d'allaitement dans les centres d'achat, à savoir, leur proximité avec ... les salles de toilettes? Pour le romantisme, on repassera!

Il y a une autre piste de réflexion : au lieu de râler sur la société et sur les autres, interrogeons-nous. Qu'est-ce qui nous incite à demander l'autorisation? Qu'est-ce qui nous pousse à rechercher l'approbation d'une autorité?

Si nous étions à ce point convaincues de la normalité de l'allaitement, aurions-nous besoin de l'accord d'autrui pour le vivre à tel ou tel endroit? Après tout, demandons-nous l'autorisation de respirer ou de boire?

Dans une certaine mesure, l'attitude des autres nous en apprend beaucoup sur nous-mêmes. Par une sorte d'effet miroir, nous suscitons des réactions qui révèlent quelque chose de nous... que nous préfererions ne pas voir. Alors, le refus de certain(e)s à nous voir allaiter en public est-il uniquement le reflet de nos propres hésitations? Non, pas uniquement. Mais le fait d'être hyper-réceptive aux messages désapprobateurs (verbaux ou non verbaux) est en soi un signal qui mériterait que l'on s'y attarde.

Si nous devenions plus sûres de nous et de notre allaitement, nous mettrions les autres à l'aise par notre propre aisance et notre discrétion. Discrétion? Mais oui. Quelqu'un d'assuré n'a pas besoin de revendiquer sa place, il la prend, tout simplement. S'il est bien une catégorie de personnes qui réintègrera l'allaitement dans l'espace public, c'est bien celles des mamans allaitantes. Les mères expérimentées et assurées ne remarquent même pas les regards offusqués, pas plus que les amoureux qui s'écroquent sur les bancs publics, bancs publics (air connu) ne se soucient des passants.

Et si c'était d'abord en soi que se trouvent et se développent l'assurance et la solidité?

DATE À RETENIR

La réunion annuelle d'INFACT Québec aura lieu le 25 avril à 19 h 30
Au 20, Allée du Lac, Granby.

S.v.p., confirmez votre présence à
Suzanne Lemay (450) 375-3413

Vous avez du temps à offrir pour soutenir la cause de l'allaitement maternel ?

Si vous avez un peu de temps à offrir, Infact Québec en a besoin. Que ce soit pour traduire des textes ou pour rédiger de courts articles n'hésitez pas, il y a tant à faire!

Contactez Suzanne Lemay au (450) 375-3413
ou par courriel à infactquebec@pixelweb.net

Merci !

Lune de miel avec bébé

Le département de périnatalité du Centre hospitalier Piedmont-Yamaska offre maintenant aux nouveaux parents de vivre une "Lune de miel" toute particulière avec leur nouveau-né.

La technique dite "du portage" rappelle les méthodes utilisées de génération en génération dans bien d'autres coins du globe.

Grâce à un morceau de tissu en forme de demi-cercle (d'où le nom de lune de miel), le papa ou la maman peut porter bébé sur sa poitrine, peau contre peau, tout en gardant les mains libres.

Porter ainsi le bébé durant les premiers jours et même les premières semaines lui permet de faire une douce transition entre le milieu utérin et l'air libre, d'avoir un contact intime et sécurisant avec ses parents et de favoriser la relation d'allaitement.

La technique, mise de l'avant par Lise Bélanger, infirmière coordonnatrice au département de périnatalité du Centre hospitalier Piedmont-Yamaska, a été inspirée d'une formation donnée par Ingrid Bayot, sage-femme et consultante en allaitement maternel.



Ajouter des frais de poste de \$3 pour toute commande.
SVP Allouer 2-3 semaines pour la livraison.

Posters

- Soyez une maman branchée
- Lui seul peut tirer le maximum de la "boss"
- L'allaitement maternel, une solution écologique

série de 3 pour 10\$. Chacun à 5\$.

TROUSSE D'ACTION 1999

(INFORMATIONS, AFFICHES, POSTERS):

"L'allaitement, une école pour la vie"
25 \$

QU'EST-CE QU'INFACT QUÉBEC ?

INFACT est un organisme bénévole à but non lucratif et non gouvernemental qui fait la promotion de la santé maternelle et infantile en protégeant l'allaitement maternel et en encourageant une meilleure nutrition pour la mère et l'enfant.

davantage sur le sujet. Selon l'abonnement choisi, les membres d'INFACT Québec reçoivent à tous les trois mois le Newsletter INFACT (en anglais) et le bulletin INFACT (en français) lorsqu'il est disponible.

Le Code international de l'OMS

L'Assemblée de l'Organisation mondiale de la santé a adopté en mai 1981 le Code international de commercialisation des substituts du lait maternel qui établit les exigences minimales nécessaires à la saine alimentation des nourrissons dans le monde. Ce Code est le résultat de discussions sur les mesures à adopter pour protéger l'allaitement maternel en veillant à ce que les mères et le personnel de la santé reçoivent de l'information franche et exacte au sujet de l'alimentation infantile. Le Code tente d'éliminer les pressions de nourrir au biberon en freinant la commercialisation des préparations lactées, des biberons et des tétines grâce aux mesures suivantes:

- pas de promotion auprès du public;
- pas d'échantillons gratuits pour les femmes enceintes et les nouvelles mamans;
- pas de promotion dans les services de santé;
- pas de distribution gratuite des préparations lactées dans les hôpitaux.

Le Canada est l'un des 118 pays à avoir voté en faveur du Code et plusieurs organismes professionnels canadiens et québécois ont depuis approuvé le Code. Cependant, la mise en application du Code est volontaire et les fabricants canadiens et québécois de produits touchés par le Code ont fait très peu pour s'y conformer!

Joignez-vous à INFACT Québec pour en apprendre

Comment vous pouvez aider

Accordez votre appui à INFACT en vous acquittant de votre cotisation de membre ou en faisant un don.

Suivez les pratiques de commercialisation des fabricants d'aliments pour bébé dans votre quartier, dans le système de la santé et dans les médias d'information.

Faites pression pour la mise en pratique du Code international de l'OMS au Québec.

Donnez votre appui aux activités de boycottage visant à changer le comportement promotionnel de l'industrie

**Pour faire partie d'INFACT,
veuillez écrire à:**

INFACT Québec
Suzanne Lemay, coordonnatrice
C.P. 323 Granby (Québec) J2G 8E5
Tél. : (450) 375-3413

Oui! Je veux donner mon
appui à INFACT Québec
Cotisation annuelle.....35,00 \$