

## L'allaitement maternel Vécu et opinions des mères en 2009

**L'Inpes a réalisé une étude pour connaître le vécu et les opinions des femmes en matière d'allaitement. Sept sur dix déclarent avoir allaité ou essayé d'allaiter, avec pour motivation la santé de l'enfant. La première raison qui motive l'arrêt de l'allaitement est la reprise du travail. L'enquête a aussi sondé le vécu psychologique de l'allaitement : bien-être, pudeur et sentiment de culpabilité.**

La pratique de l'allaitement maternel se développe en France : le pourcentage de mères qui allaitent leur bébé à la sortie de la maternité est passé de 52,5 % en 1998 à 62,5 % en 2003 (1). Elle demeure cependant sensiblement moindre que dans d'autres pays européens (2). En raison des avantages de l'allaitement maternel sur la santé de l'enfant et de la mère, les objectifs du Programme national nutrition-santé 2 (PNNS) sont de passer d'environ 55 % du taux d'allaitement maternel exclusif en 2005 à 70 % en 2010, et d'augmenter la durée de l'allaitement chez les femmes qui allaitent. Pour atteindre ces objectifs, il est prévu d'agir à la fois au niveau des professionnels des secteurs social et sanitaire, des femmes et des familles, mais aussi du domaine législatif (3).

Dans ce contexte, avant d'entreprendre toute action d'envergure allant dans le sens d'une promotion de l'allaitement, l'Inpes a mené une étude explorant la perception des femmes sur l'allaitement et leurs pratiques dans ce domaine. Il y était aussi question de tester l'impact éventuel de la durée du congé maternité sur l'allaitement et l'accueil d'une campagne de communication sur l'allaitement. L'enquête a été menée par téléphone par l'institut BVA, du 23 novembre au 16 décembre 2009, auprès d'un échantillon national de 1 008 femmes âgées de 18 à 49 ans et ayant au moins un enfant âgé de moins de 6 ans (*lire l'encadré sur la méthodologie page 51*).

Parmi l'ensemble des femmes interrogées, 70 % déclarent avoir déjà allaité ou essayé d'allaiter au moins un de

leurs enfants, surtout les Parisiennes (79 %), les cadres supérieures (82 % *vs* 48 % des ouvrières), les salariées issues du secteur public (76 % *vs* 65 % des salariées du secteur privé), les diplômées d'un baccalauréat ou plus (74 % *vs* 60 % des non titulaires du bac) et celles disposant des plus hauts revenus (76 % *vs* 65 % des plus faibles revenus). Parmi les femmes qui déclarent avoir déjà allaité, 25 % déclarent l'avoir fait exclusivement au sein au moins jusqu'aux 6 mois de l'enfant (recommandation de l'OMS)<sup>1</sup>. Par ailleurs, la durée médiane de l'allaitement exclusif est de douze semaines.

Parmi les femmes n'ayant pas allaité, 52 % expliquent que cette décision est liée à une absence d'envie, 24 % à des raisons de santé, 10 % à une mauvaise expérience passée, 7 % à des douleurs ou une fatigue, 5 % parce que cela excluait les autres membres de la famille et 3 % à cause de la gêne éprouvée par le regard des autres.

### Motivations et difficultés

Les femmes disent avoir allaité surtout pour la santé de l'enfant : 56 % évoquent la composition « idéale » du lait maternel et 46 % le bénéfice pour les « défenses immunitaires »<sup>2</sup>. L'allaitement maternel comme moyen de rapprocher mère et enfant représente 29 % des réponses, allaiter « sans raison particulière » 16 %, parce que « c'est naturel » 11 %, pour l'aspect pratique 12 %, et pour l'économie financière engendrée 7 %.

Les difficultés rencontrées pendant l'allaitement sont : les douleurs au sein

(55 %), une fatigue (45 %), des douleurs au dos (22 %), le fait que le bébé avait du mal à téter (30 %), des critiques de l'entourage (15 %) et un sentiment d'isolement (14 %). Mais 15 % des mères n'ont ressenti aucune difficulté particulière. Le manque d'information ou de soutien de la part du personnel médical s'est révélé mineur (2 %). À ce propos, 31 % des femmes ont eu recours à un spécialiste au début de l'allaitement, surtout celles disposant des plus hauts revenus (39 % *vs* 18 % des plus faibles revenus). Un numéro de téléphone pour un accès à des informations ou à un soutien sur l'allaitement aurait intéressé 42 % des femmes.

Les raisons ayant poussé les mères à cesser d'allaiter sont : la reprise du travail pour 29 % (surtout les cadres pour lesquelles ce pourcentage atteint 40 % ; et 38 % pour les diplômées d'un bac ou plus), une période jugée suffisante (24 %), le manque de lait ou le fait de ne pas savoir la quantité bue par le bébé (19 %) et 14 % des femmes citent des douleurs ou une fatigue liée à l'allaitement.

### Une influence de la durée du congé maternité

Sur l'ensemble de l'échantillon, que les femmes aient allaité ou pas, une majorité (85 %) considère que la durée du congé maternité est un élément important (« très » ou « assez » important) dans la décision d'une femme d'allaiter son enfant, surtout pour les femmes ayant les revenus les plus faibles (93 % *vs* 74 % des plus hauts revenus) et les moins diplômées (91 % des non titulaires d'un bac *vs* 82 % des titulaires

d'un bac ou plus). La durée idéale de ce congé serait comprise entre quatre et six mois.

Dans les faits, 69 % de femmes ont arrêté d'allaiter lors de la reprise de leur travail ; parmi celles-ci, 58 % estiment qu'elles auraient allaité plus longtemps si le congé maternité avait été plus long et 19 % des femmes qui n'ont pas allaité estiment qu'elles l'auraient fait si ce congé avait été plus long.

## Allaitement, pudeur et sentiment de culpabilité

Le sentiment de bien-être dans différentes situations a été testé dans cette étude. Ainsi, 68 % des femmes ayant déjà allaité et 55 % n'ayant pas allaité déclarent se sentir « *tout à fait à l'aise* » face à une femme allaitant son enfant à la télévision ou sur une affiche ; voir une femme allaiter dans un lieu public met tout à fait à l'aise 59 % des femmes ayant déjà allaité et 42 % des femmes qui n'ont jamais allaité ; 36 % des femmes qui ont déjà allaité sont tout à fait à l'aise à le faire en dehors de chez elles. Dans ces trois situations, les femmes disposant des plus faibles revenus ont tendance à être les plus nombreuses à exprimer un sentiment de malaise.

Enfin, une majorité de femmes (88 %) approuverait la diffusion d'une campagne de promotion de l'allaitement, mais elles sont 52 % à considérer que ce type de campagne risquerait de culpabiliser les femmes ne souhaitant pas allaiter ou ne pouvant pas allaiter, surtout celles disposant des plus hauts revenus (55 % *vs* 37 % des plus faibles revenus).

## Pistes pour l'action

L'influence du statut social sur les pratiques de l'allaitement déjà observée par ailleurs est confirmée dans cette étude. Ce sont, en effet, les mères issues des catégories les plus favorisées sur le plan socioculturel qui déclarent avoir allaité leur enfant. Quant à la durée d'allaitement exclusif telle que recommandée par l'OMS, la France se situerait toujours, selon cette étude, parmi les pays européens où les femmes allaitent le moins longtemps.

Il est difficile de conclure, via les résultats de cette étude, à une réelle influence du congé maternité sur la durée d'allaitement. Cependant, la durée considérée idéale (quatre à six mois) étant supérieure à un congé maternité classique, il semble que, pour

une proportion de femmes (difficile à évaluer *via* cette enquête), un congé plus long favoriserait l'allaitement. Par ailleurs, les femmes issues des catégories les plus modestes sont plus nombreuses à estimer que cette durée est décisive dans le choix d'allaiter ; ce sont aussi celles qui proportionnellement allaiteraient le moins. Il serait donc pertinent de considérer la durée du congé maternité comme un levier éventuel de l'allaitement.

Cette étude met en évidence la nécessité d'une information accessible ou d'un soutien par un professionnel de l'allaitement pour 42 % des femmes interrogées. Une campagne de communication sur ce thème serait aussi bien accueillie, mais avec un risque non négligeable de culpabiliser les femmes ne pouvant ou ne voulant pas allaiter. Il est donc plus prudent pour le moment de s'orienter, en France, vers le développement d'une information et d'un soutien de proximité des mères afin de les accompagner dans leur démarche d'allaiter.

**Corinne Delamaire**

Docteur en nutrition, chargée d'expertise en promotion de la santé, Inpes.

## Méthodologie d'une enquête auprès de 1 000 femmes

L'échantillon des 1 008 femmes interrogées dans cette étude a été construit selon la méthode des quotas appliqués à l'âge de l'interviewée, la profession et la catégorie sociale du chef de famille, après stratification par région et catégorie d'agglomération. Le caractère déclaratif des réponses obtenues constitue une des limites classiques de la méthode utilisée pour mener cette enquête. La crainte d'être mal jugé peut conduire l'individu à montrer une opinion plutôt positive vis-à-vis de certaines questions ; ceci est surtout vrai lorsque la personne est interrogée en face-à-face, ce qui ne constitue pas le cas de cette enquête. Le sujet abordé étant assez intime pour les femmes, nous avons considéré qu'il était plus pertinent de mener l'enquête par téléphone. De plus, tous les enquêteurs étaient des femmes afin de faciliter les échanges. Une seconde limite porte sur la méthode de constitution de l'échantillon par quotas qui diminue le niveau de représentativité de l'échantillon par rapport à une méthode aléatoire par tirage au sort. Les caractéristiques de l'échantillon fournies par l'institut BVA sont toutefois assez proches des données de recensement, excepté pour le pourcentage de femmes ayant au moins le baccalauréat, supérieur à la réalité (72 % *vs* 53 %)<sup>1</sup>. Une dernière limite porte sur l'exhaustivité concernant les réponses aux questions sur la durée de l'allaitement et l'influence du congé parental sur celle-ci. Ces questions ne concernaient en effet que l'enfant le plus jeune des femmes interrogées (au cas où celles-ci avaient plus d'un enfant de moins de 6 ans<sup>2</sup>, ceci dans l'optique de ne pas alourdir le questionnaire).

C.D.

1. Chiffre estimé à partir des données du recensement de 2007. L'institut BVA a constaté qu'habituellement 69 % des femmes de cette tranche d'âge déclarent ce niveau de diplôme par téléphone contre 54 % lors des enquêtes en face-à-face. Cette sur-déclaration se retrouve dans d'autres études par téléphone.  
2. Dans cet échantillon, 33 % des femmes avaient deux enfants de moins de 6 ans, 5 % trois enfants de moins de 6 ans et 0,2 % (soit deux femmes) en avaient quatre.

1. Quelques connaissances ont été testées via cette étude, dont cette recommandation de l'OMS : « *allaiter au sein au moins jusqu'aux 6 mois de l'enfant* », qui est connue par 49 % des femmes interrogées.

2. La question est ouverte et les réponses, qui peuvent être multiples, sont spontanées : « Pour quelles raisons avez-vous allaité [prénoms des enfants concernés] ? »

## ► Références bibliographiques

- (1) Blondel B., Supernant K., du Mazaubrun C., Bréart G. *Enquête nationale périnatale 2003. Situation en 2003 et évolution depuis 1998*. Inserm, Drees, Rapport publié en 2005.
- (2) Istituto per l'Infanzia, IRCCS Burlo Garofolo, Unit for Health Services Research and International Health, WHO Collaborating Centre for Maternal and Child Health. *Protection, promotion and support of breastfeeding in Europe: review of interventions*. Promotion of Breastfeeding in Europe. EU project Contract N. SPC 2002359, dec. 2003.
- (3) Ministère de la Santé et des Solidarités. *Deuxième Programme national nutrition-santé 2006-2010. Actions et mesures*. Paris : ministère délégué à la Santé, septembre 2006 : 51 p.  
En ligne : <http://www.sante.gouv.fr/htm/>