



Nutrition, culture et culpabilité.

Ingrid Bayot

Formatrice en physiologie des adaptations néonatales et allaitement maternel

Institut Co-Naître

C'est devenu le lieu commun de toutes les discussions sur la nutrition des nourrissons: il ne faut pas dire trop de bien de l'allaitement maternel car cela pourrait culpabiliser les mères qui nourrissent au biberon. Les autorités politiques, religieuses ou médicales ont si souvent manipulé la culpabilité des mères, que les médias actuels tiennent à s'en démarquer. On peut les comprendre, mais...

De toutes les mères que j'ai pu observer en vingt ans d'activités obstétricales, je me demande vraiment qui, en fin de compte, se culpabilise le plus? Celles qui biberonnent? Pas sûr...

Dans notre culture, le biberon est un objet symbole de la maternité. Des faire-part de naissance en ont la silhouette ou le représentent. Les fillettes le donnent tendrement à leur poupée et l'ustensile fait partie toute panoplie de maternage. Un bébé nourri au biberon est un tableau tellement coutumier qu'il attendrit, mais ne choque pas, alors qu'un bébé nourri au sein, étonne et parfois, dégoûte (des mères allaitant en public se sont vues intimer l'ordre d'aller faire "cela" dans les toilettes).

Dans tous les magazines traitant de la petite enfance, on trouve des publicités pour du lait industriel. Les firmes pharmaceutiques consacrent des budgets colossaux à la promotion de leurs produits et utilisent les techniques de communication et de marketing les plus pointues pour parvenir à leur fin. Elles sont remarquablement efficaces puisque, même dans les pays en voie de développement où le non-allaitement est une catastrophe sanitaire, elles parviennent à imposer l'image d'un produit technologiquement sûr, moderne et désirable.

Le biberon peaufine encore sa réputation en se présentant comme un outil de libération des femmes et de promotion de la paternité: deux valeurs sûres! Le biberon et le lait industriel ont vraiment tout pour plaire...

Ceci dit, il est vrai qu'au moment d'annoncer leur choix, il y a parfois un petit pincement au cœur chez les futures "biberonneuses", voire même, le besoin de se justifier: "*Pour le premier, ça a été un cauchemar*"; "*Je suis travailleuse indépendante, je n'ai pas le temps*"... Mais passé ce cap, ces jeunes mamans accueillent leur bébé avec amour et le nourrissent sans arrière pensées avec cet objet qu'elles ont intégré depuis leur enfance, un objet banal, habituel, ...normal quoi!

"Et puis, au biberon, on sait ce qu'il prend"; entendez: les quantités ingurgitées. Quelle sérénité dans un société qui est rassurée par tout ce tout qui est visible, mesurable et fourni en grande quantité. Avec un biberon, le bébé a souvent trop, il ne peut pas manquer, ouf!

De plus, le lait en poudre coûte cher, ce qui, dans l'esprit de bon nombre de parents, garanti sa valeur et sa qualité nutritive. D'ailleurs, n'est-il pas le produit de la haute technologie scientifique? N'est-il pas vendu en pharmacie, par du personnel médical dûment diplômé, dans un contenant attrayant, scellé, protégé de toute impureté? Chaque année, l'une ou l'autre revue signale qu'on a trouvé des polluants dans le lait maternel. Mais jamais dans le "lait de la science". Qui s'imaginerait, devant ces beaux alignements de boîtes sous cellophane, que leur contenu provient essentiellement du lait de vaches génétiquement sélectionnées pour leur production, *nourries de farines douteuses et gavées d'antibiotiques?* (ndr: l'article est écrit pour l'Europe. Peut-être les vaches laitières sont mieux nourries au Canada. Au besoin, supprimez cette partie de phrase) Personne!

Donc, si bébé pleure après son repas, le lait du biberon ne sera que très rarement accusé: on sait *ce* qu'il a pris, on est tranquille.

Et la mère qui allaite ?

Elle offre à son enfant un lait peu visible, impossible à mesurer, en quantité “juste assez”, absolument gratuit, et produit ...par le corps d’une femme, incontrôlable par définition.

Réalise-t-on assez ce paradoxe? L’allaitement est à la mode, mais ses aspects concrets, charnels, relationnels, émotionnels ...vont totalement à l’encontre des valeurs dominantes de notre société de consommation.

Dans notre monde, il est bien vu d’être productif, actif, performant, immédiatement efficace et de surcroît, flexible et interchangeable. Or, l’allaitement demande de la disponibilité, du temps “perdu” en approche, en essais et erreurs; l’allaitement est artisanal, flâneur, hors du temps, jouissif, exclusif, personne ne pouvant remplacer la mère.

Et en pratique, les embûches ne manquent pas: la balance est prête à juger, dès la maternité! Le bébé a “maigrit” de 50 grammes? En fait, il ajuste son taux d’eau corporel au milieu aérien, mais personne ne l’explique.

“Il maigrit, il ne mange pas assez, je n’ai pas assez de lait”, se culpabilise la jeune mère. Et l’infirmière de lui apporter un supplément (en biberon!) qui sauvera son bébé d’un manque supposé et ébranlera - déjà- sa confiance en elle. (NB : Le bébé de la voisine a perdu du poids également, mais lui, il est au biberon: *“on sait ce qu’il prend”*.)

Bébé pleure-t-il après la tétée? Il peut se manifester pour mille et unes raisons, mais la mère qui allaite s’accuse plus facilement et, si son bébé régurgite, s’il réclame souvent, s’il refuse le sein... il se trouvera toujours une bonne âme pour insinuer que le lait maternel n’est pas bon, ou pas assez nourrissant, ou...

Dans les pays industrialisés, la plupart des allaitements se terminent avant le premier mois, c’est-à-dire, plus tôt que prévu et bien souvent sur un vécu d’échec. Que de regrets et de culpabilité chez ces mamans... En mesure-t-on assez les conséquences?

Toute femme qui devient mère traverse des périodes heureuses et d’autres plus difficiles. Au sein ou au biberon, leur bébé sont plus ou moins gratifiants et leur procurent un sentiment de compétence plus ou moins fort.

Mais je soutiens que, dans notre société, les mères qui allaitent se compliquent singulièrement la tâche, et prennent le risque d’être confrontées bien plus que les autres, à des sentiments d’insuffisance, de doute et de culpabilité.

Il n’est pas démontré qu’une information plus abondante et largement diffusée sur l’allaitement culpabilisera beaucoup celles qui biberonnent, mais ce qui est certain, c’est qu’elle aidera grandement celles qui allaitent et qui ont sacrément besoin d’être rassurées.