

Contribution à la stratégie nationale de prévention en santé



Chantelait

Groupe de soutien à l'allaitement

Avril 2025

Isabelle Poulin, directrice générale

Courriel : info@chantelait.org

Téléphone : 418-877-5333 poste 4

Thématique : Les enfants et leurs parents | Environnements favorables à la santé |

Innovation en prévention

Sujet : L'allaitement comme levier de prévention en santé publique

1. Enjeux prioritaires de santé et de bien-être liés à l'allaitement

L'allaitement est un facteur clé de prévention en santé, tant pour le parent allaitant que pour l'enfant. Il est reconnu qu'un allaitement exclusif pendant les 6 premiers mois de vie, puis poursuivi jusqu'à 2 ans ou plus, combiné avec une alimentation complémentaire adéquate, réduit les risques d'infections, de maladies chroniques et améliore le lien d'attachement.

Malgré cela, plusieurs mères interrompent l'allaitement plus tôt que souhaité, souvent en raison d'un manque de soutien, d'informations contradictoires ou de pressions sociales. Ce constat appelle des actions structurantes pour renforcer l'environnement de soutien autour des familles.

2. Groupes de population à prioriser

La Stratégie devrait prioriser les familles en situation de vulnérabilité (socioéconomique, migratoire, isolement, santé mentale) ainsi que les jeunes mères. Ces groupes sont souvent moins rejoints par les services de soutien à l'allaitement, alors qu'ils en bénéficieraient grandement. Les milieux autochtones devraient également bénéficier de mesures spécifiques, culturellement sécuritaires et adaptées à leur réalité.

3. Idées pour agir collectivement

- Renforcer l'accès au soutien communautaire en allaitement, notamment par le financement à la mission accru des organismes communautaires qui offrent du soutien de proximité via le programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC).
- Créer un réseau intégré de soutien dès la grossesse, combinant CLSC, hôpitaux, maisons de naissance et organismes communautaires, avec des références systématiques.
- Former les intervenant·es de la petite enfance à l'importance de l'allaitement et aux approches bienveillantes pour en parler. Réviser la formation nationale disponible sur l'ENA avec l'aide des dernières données probantes.
- Implanter des politiques favorables à l'allaitement dans les milieux de travail, incluant des espaces d'allaitement, des horaires flexibles et une valorisation du retour progressif au travail.

4. Actions à poursuivre ou à renforcer

- Les groupes de soutien par les pairs sont l'une des interventions les plus efficaces pour favoriser l'allaitement. Leur financement doit être pérennisé.
- Le Programme d'aide à l'allaitement dans les établissements du réseau de la santé doit être évalué et optimisé pour en assurer l'uniformité et l'accessibilité.
- Campagnes de sensibilisation avec des visuels et messages inclusifs, représentatifs de la diversité des familles et des expériences.

5. L'innovation en prévention

- Engager plus de consultantes IBCLC dans les équipes autant en CLSC qu'en centre hospitaliser.
- Plateformes virtuelles de soutien entre pairs, en complément aux services en personne.
- Recherche-action communautaire pour expérimenter des approches innovantes adaptées aux réalités locales.

6. Obstacles à surmonter et solutions

- Tabous et perceptions négatives persistantes envers l'allaitement en public : agir sur la norme sociale par des campagnes positives et des ambassadrices.
- Isolement postnatal : augmenter l'offre de services de soutien en allaitement à domicile ou virtuels.
- Manque de formation des professionnels : intégrer un tronc commun de formation interdisciplinaire sur l'allaitement (Cégep, université, formation continue).

7. Occasions à saisir

- Plan pour une éducation à la santé dès le secondaire : inclure des notions sur l'allaitement dans les cours.
- Stratégie de lutte contre l'inflation alimentaire : valoriser l'allaitement comme option économique et saine.
- Virage numérique en santé : intégrer le suivi de l'allaitement dans les outils cliniques numériques utilisés par les professionnel·les.

8. Impliquer davantage les citoyennes et citoyens

- Encourager le mentorat entre mères dans toutes les régions.
- Soutenir les projets portés par les familles elles-mêmes (ex. : balados, témoignages, initiatives locales).
- Créer des tables de concertation locales sur le soutien à l'allaitement, incluant citoyen·nes, organismes, institutions.