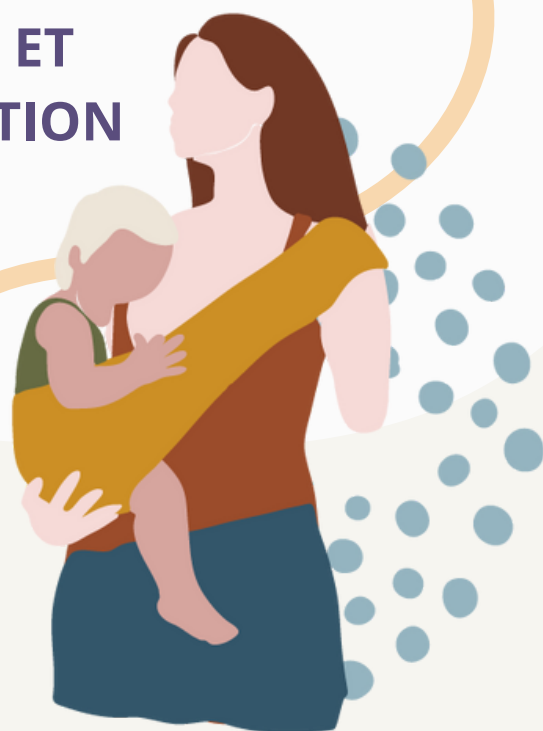


L'ALLAITEMENT AVEC UNE DÉFICIENCE PHYSIQUE :

SYNTHÈSE DES CONNAISSANCES ET RECOMMANDATIONS À L'INTENTION DES PROFESSIONNEL·LES

[Pour consulter la synthèse complète et les recommandations détaillées.](#)



La synthèse complète contient trois tableaux pour outiller les professionnel.les à soutenir les femmes dans leur expérience d'allaitement. Ces tableaux ont pour objectif de fournir des informations pratiques et de faciliter la compréhension des recommandations.

TABLEAU 1.

Des exemples de déficience physique et leurs défis possibles lors de l'allaitement

TABLEAU 2.

Les pratiques essentielles à mettre en place pour soutenir les femmes

TABLEAU 3.

Des idées concrètes de stratégies à mettre en œuvre dans l'intervention

LES MOTIVATIONS POUR ALLAITER

La plupart des mères en situation de handicap reconnaissent les avantages du lait maternel, et certaines sont motivées par l'effet protecteur de l'allaitement, mais elles allaitent aussi pour les raisons suivantes :

- ▷ C'est une source de fierté renforçant le sentiment de compétence parentale.
- ▷ Par désir de créer un lien d'attachement.
- ▷ Par espoir de vivre une expérience de parentalité normalisée.

Les mères en situation de handicap sont parfois remises en question quant à leur capacité à prendre soin de leur nourrisson, y compris en ce qui concerne l'allaitement.

Les femmes avec une déficience physique peuvent allaiter avec succès, surtout lorsqu'elles bénéficient d'un soutien adapté.



LES OBSTACLES À L'ALLAITEMENT

Les familles en situation de handicap sont plus susceptibles de faire face à des situations d'adversité durant la période périnatale. Parmi ces défis, notons :

▷ Les incapacités physiques

- Douleur ou inconfort
- Mobilité réduite
- Faiblesse musculaire
- Coordination ou dextérité atteinte
- Limitations sensorielles (audition, vision)
- Limitations liées à la production de lait

▷ Les préoccupations sur la compatibilité des médicaments avec l'allaitement

▷ Le manque d'accessibilité et d'adaptations

▷ Les préjugés

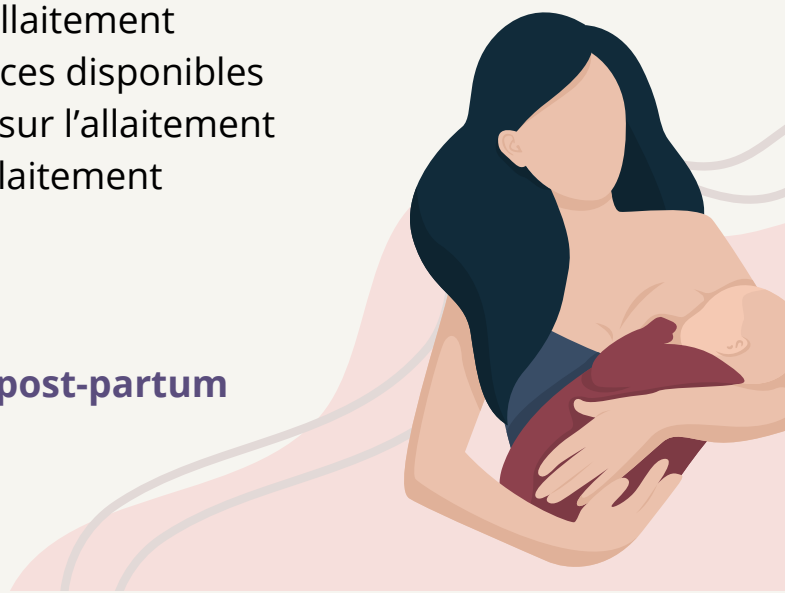
▷ Le manque de soutien

- Manque de soutien et d'informations adaptés de la part des professionnel.les de la santé
- Dissuasion de l'entourage pour opter pour l'allaitement
- Questionnement sur les compétences maternelles

▷ Les autres défis communs à la population sans handicap

- Manque d'information sur l'allaitement
- Méconnaissance des ressources disponibles
- Informations contradictoires sur l'allaitement
- Manque de préparation à l'allaitement
- Césarienne
- Contexte de vulnérabilité

▷ Le risque accru de dépression post-partum



LES PRATIQUES PROMETTEUSES POUR LES PROFESSIONNEL·LES



Utiliser un langage respectueux

- Utiliser des formulations telles que "personne en situation de handicap," "personne handicapée," ou "personne en fauteuil roulant".
- Éviter les termes et expressions susceptibles de victimiser ou de stigmatiser, comme "personne affligée par" ou "victime de".
- L'expression "personne sans handicap" devrait être privilégiée à "personne normale".



S'instruire sur les réalités et les défis des familles en situation de handicap

- S'informer sur les défis de la parentalité en situation de handicap et sur les options d'allaitement adaptées afin d'aider les femmes en situation de handicap à atteindre leurs objectifs d'allaitement.



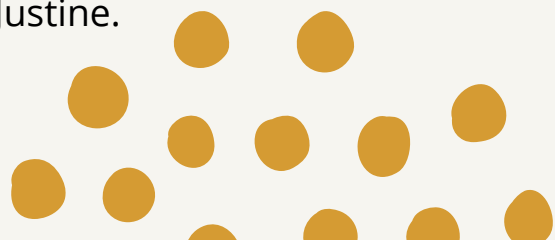
Fournir un soutien et des informations adaptés

- Fournir des informations claires sur l'importance de l'allaitement.
- Informer sur les adaptations possibles.
- Offrir des conseils pratiques, comme différentes positions d'allaitement et l'utilisation de coussins d'allaitement.
- Utiliser une communication adaptée aux besoins de chaque personne



Explorer les différentes options pharmacologiques

- Vérifier la compatibilité des médicaments avec l'allaitement et envisager des options médicamenteuses compatibles lorsque possible, en se référant à des sources fiables comme la banque de données [LactMed](#) et la ligne téléphonique [IMAGE](#) du Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine.



LES PRATIQUES PROMETTEUSES POUR LES PROFESSIONNEL·LES



Mettre en place des services de soutien collaboratifs et coordonnés

- Travailler en collaboration multidisciplinaire ou interdisciplinaire, avec des consultant·es en lactation, des ergothérapeutes, des travailleurs·ses sociaux·les, des médecins, etc.
- Organiser des séances individuelles, des groupes de soutien ou des programmes de mentorat pour favoriser l'échange d'expériences entre les femmes avec une déficience physique et renforcer le soutien mutuel.



Discuter ouvertement des options d'alimentation de l'enfant

- Encourager l'allaitement en initiant la démarche dès le début de la grossesse.
- Fournir des informations sur les options d'allaitement et engager des discussions à plusieurs moments de la période prénatale pour une prise de décision éclairée.
- Aborder la gestion des attentes, du repos, et des impacts émotionnels, tout en incluant des informations sur les défis potentiels de l'allaitement.



Sensibiliser les proches

- Sensibiliser les proches aux avantages de l'allaitement.
- Organiser des ateliers et des séances d'information prénatales pour les membres de la famille.
- Fournir aux membres de la famille des ressources telles que des brochures, vidéos et documents en ligne.
- Encourager la participation des membres de la famille aux consultations de suivi et aux rendez-vous liés à l'allaitement pour répondre aux besoins individuels de chaque famille.

LES PRATIQUES PROMETTEUSES POUR LES PROFESSIONNEL·LES



Favoriser la confiance en leurs compétences

- Encourager les mères en situation de handicap à avoir confiance en leurs compétences d'allaitement, en soulignant que l'allaitement est un processus d'apprentissage pour la mère et l'enfant, et en développant des plans d'allaitement individualisés adaptés à leurs capacités et besoins.
- Les programmes de mentorat, où les mères en situation de handicap partagent leurs expériences et conseils en matière d'allaitement avec d'autres mères dans des situations similaires, peuvent jouer un rôle essentiel pour renforcer la confiance des mères en leurs compétences d'allaitement et les aider à surmonter les défis potentiels liés à l'allaitement.



Surveiller les symptômes liés à des problèmes de santé mentale

- Sachant que les parents en situation de handicap sont plus susceptibles de faire face à des problèmes de santé mentale en l'absence de soutien, surveiller les signes d'anxiété et de la dépression tels que les changements d'humeur, la perte d'intérêt, la fatigue excessive, etc.
- En cas de symptômes de dépression post-partum, effectuer un test de dépistage et recommander un soutien psychologique approprié lorsque nécessaire.