

Le Journal d'Eulalie

..... Numéro 3 : hiver / printemps 2010



CALM- Association pour la maison de naissance des Bluets – Paris

Maternité et culture

Article tiré de l'intervention donnée par Marine Piéjus, sage-femme, et Laura Nieri Vassallo, anthropologue, lors de l'Assemblée générale du 30 janvier 2010.



« ...Les gestes les plus intimes de la vie quotidienne avec les petits, ceux qui consistent à les faire naître, à les nourrir, à les emmailloter, à les bercer, à les soigner quand ils sont malades, à les socialiser, ont été façonnés depuis des millénaires par les sociétés humaines, avec un grand nombre de variantes. »

Marie-France Morel et Catherine Rollet,
Des bébés et des hommes, traditions et modernités des soins aux tous petits, 2000.

Après avoir introduit des notions d'anthropologie et de culture, Laura et Marine ont présenté quelques exemples de pratiques d'ici ou d'ailleurs pour montrer combien peuvent varier les approches de ce phénomène pourtant universel qu'est la maternité. Nous faisant voyager un peu partout dans le monde, elles ont ainsi abordé quelques thématiques telles que : les postures d'accouchement, les règles de comportement de la femme enceinte ou accouchée, l'accompagnement de la femme qui accouche, le devenir du cordon et du placenta, l'intégration du nouveau né à la société, les rituels de protection ; appuyant leur propos par la projection du documentaire *Bébés du monde* (Béatrice Fontanel, Claire d'Harcourt et Emmanuelle Nobécourt, 2000, 52 min). Pour ceux qui veulent en savoir plus, une bibliographie est disponible au CALM !



A vos encriers !

Dans le dernier numéro du *journal d'Eulalie* (octobre 2009), nous nous réjouissons de l'annonce faite cet été dans les médias sur l'expérimentation des maisons de naissance.

Aujourd'hui le décret n'étant toujours pas paru, nous nous interrogeons sérieusement sur l'absence de volonté politique.

C'est pourquoi nous avons décidé de renforcer l'engagement politique de l'association, en créant une nouvelle commission, qui a pour objectif d'interpeller les pouvoirs publics, les parlementaires etc.

Par ailleurs, si ce n'est déjà fait, nous vous encourageons plus que jamais à **compléter et envoyer la lettre jointe à ce journal** à la direction de l'hospitalisation et de l'organisation des soins (DHOS).



Vie de l'association

Le CALM est une association forte des parents et adhérents toujours plus nombreux, comme en témoignent les événements suivants:

..... La grande tétée

A l'occasion de la Semaine mondiale de l'Allaitement maternel, le CALM a créé un événement le 16 octobre 2009: "La grande tétée!". Suivant le thème du blanc, les participants ont respecté le dresscode, et les victuilles partagées étaient elles aussi blanches comme...le lait! Aussi, les questionnaires sur l'allaitement (que vous retrouvez à la fin de ce numéro) ont occupé une bonne partie de la soirée!



..... *L'arbre de Noël*

Fêtant chaque évènement comme il se doit, le 19 décembre a eu lieu l'arbre de Noël du CALM, nouveau prétexte pour se retrouver et déguster toutes sortes de gâteries au chocolat !

..... *Assemblée générale du 30 janvier 2010*

L'assemblée générale du CALM s'est tenue pendant la matinée du samedi 30 janvier en présence de 37 adhérents, ainsi que de 20 adhérents représentés par un pouvoir. Les commissions ont chacune présenté le bilan de leur année 2009, ainsi que leurs souhaits pour la nouvelle année.



Anne Morandeau, prenant la parole au nom de la commission médicale, a soulevé un point crucial : on manquera de sages-femmes à la fin 2010. Ce manque rend compte des difficultés dans les relations de dépendance et d'autonomie avec la maternité des Bluets, ce qui complique le travail. Une annonce doit donc paraître pour attirer de nouvelles professionnelles. D'autre part, il a été décidé que des parents allaient désormais faire partie de cette commission pour appuyer les souhaits des parents vis à vis de la maternité partenaire des Bluets

La commission financement, dont le rôle est d'élaborer et de suivre le budget, a annoncé un bilan positif. Selon le trésorier, Marc-Alain Droniou, elle annonce en effet 3606,85 Euros sur le compte de l'association au 31 décembre 2009 (1941,14^E de plus qu'en 2008). Les chèques emploi associatifs récemment reçus permettront de financer le ménage de la maison et d'autres activités salariées (ex : le yoga). Par ailleurs, le CALM compte aujourd'hui 150 adhérents, mais les renouvellements d'adhésion se font rares, faute de relance peut être, d'où l'idée de joindre un bulletin d'adhésion à ce numéro ! Dorénavant, la commission financement souhaite connaître les projets des autres commissions afin de pouvoir monter des dossiers de subventions.

La commission aménagement, animée par Christine Keiser, cherche encore de bonnes volontés pour participer : en effet, il reste de petits travaux à faire (fixer des rideaux, poser des étagères etc.) et d'autres plus importants à entreprendre, comme trouver une solution pour faire une cloison de la salle de préparation.

La commission communication, représentée par Marine Piéjus, a connu des hauts et des bas au cours de l'année et s'est renouvelée à l'automne, ce qui a permis une meilleure répartition des tâches. Les chantiers actuels de cette commission sont en effet variés : le journal de l'association, l'actualisation du site web, la relation aux médias. Cette année, de nouvelles missions seront engagées : la création d'un portail web pour le Collectif des maisons de naissance, la refonte de la brochure du CALM, la création d'une carte d'adhérent ainsi que la création d'un forum de discussion en ligne pour les couples suivis en accompagnement global.

En 2009, la commission vie associative, animée par Marie-Hélène Frémaux, s'est structurée et rôdée. Aujourd'hui elle organise régulièrement des ateliers, comme « l'allaitement » ou « le portage », qui sont de francs succès, et deviennent presque des classiques du CALM ! Les permanences mises en place les derniers mercredis du mois fonctionnent bien. Cette commission, comme son nom l'indique, est à l'écoute des critiques et des demandes des adhérents pour créer des nouveaux ateliers ou de nouvelles soirées, alors n'hésitez pas à lui faire part de vos souhaits (vieasso@mdncalm.org)!

Enfin, la commission juridique ayant rempli ses lourdes obligations au cours de l'année 2009 (rédaction du règlement intérieur et des divers contrats) se mettra en veille en 2010.

Suite aux discussions provoquées par les différents sujets, ont été votées les décisions suivantes :

- une « commission politique » doit être ouverte, afin de construire un argumentaire sérieux et de faire valoir les maisons de naissance auprès des pouvoirs publics.
- le CALM répondra à un concours proposé par le ministre de la santé dans le cadre de la journée européenne des droits des patients.

L'assemblée générale s'est conclue par l'élection du conseil d'administration, dont le renouvellement a lieu chaque année par moitié. Sept personnes ont ainsi été élues ou réélues (en gras) : Corinne Adler, Sabrina Ben Brahim, Anne Boisier Fouché, **Lionel Brun**, **Lou Carruge**, **Laurence Colleu**, **Laure Delpierre**, **Nicolas Fouché**, Judith Humery, Christine Keiser, **Anne Morandea**, **Marine Piéjus**, Nicole Voisembert.

..... Conseil d'administration du 1^{er} février

Suite à l'assemblée générale, le conseil d'administration du 1^{er} février a voté un nouveau bureau, qui se compose désormais de : Sabrina Ben Brahim (présidente), Christine Keiser (vice-présidente), Nicolas Fouché (trésorier), Laure Delpierre (secrétaire) et Anne Boisier Fouché (secrétaire adjointe).



Quizz : l'allaitement



- 1. Qu'est ce qui fait qu'un sein produit du lait plus rapidement ?**
 - un sein vide
 - un sein plein
- 2. En moyenne, combien de ml de lait les femmes produisent-elles après 40 jours d'allaitement ?**
 - 500 ml
 - 700 ml
 - 900 ml
- 3. Le lait de femme contient :**
 - plus de calories que le lait de vaches
 - moins de calories que le lait de vache
 - le même nombre de calories que le lait de vache
- 4. Qu'appelle-t-on le colostrum ?**
 - le lait maternel secrété du 1^{er} au 6^{ème} jour
 - le lait maternel secrété après le 14^{ème} jour
 - le lait maternel secrété entre le 6^{ème} et le 14^{ème} jour
- 5. Le code du travail permet aux mères allaitantes de disposer d'une heure par jour pour nourrir leur bébé au sein dès la naissance et ce, pendant :**
 - 3 mois
 - 6 mois
 - 1 an
- 6. Combien de femmes allaitent-elles en France à la sortie de la maternité ?**
 - 85%
 - 75%
 - 55%

7. Combien de femmes allaitent-elles en France 3 mois après la naissance ?

- a. 15%
- b. 35%
- c. 45%

8. La montée de lait se produit :

- a. 24 heures avant l'accouchement
- b. Dans l'heure qui suit l'accouchement
- c. 3 à 4 jours après l'accouchement

9. Dans quelle proportion l'allaitement réduit-il le risque d'obésité ?

- a. 10%
- b. 20%
- c. 30%

10. Quel est le pourcentage d'enfants allaités exclusivement quand le père approuve l'allaitement (en France) ?

- a. 25%
- b. 50%
- c. 75%

11. Et quand le père y est indifférent ou opposé ?

- a. <10%
- b. 20-30%
- c. 50%

12. L'OMS préconise une durée d'allaitement exclusif de :

- a. 3 mois
- b. 6 mois
- c. 9 mois

13. Par combien, dans les pays en voie de développement, un enfant nourri exclusivement au sein multiplie t'il ses chances de survie ?

- a. 2 fois
- b. 3 fois
- c. 4 fois

14. Quel est le taux d'allaitement exclusif à 6 mois dans les pays en voie de développement ?

- a. 23%
- b. 38%
- c. 71%

Réponses : **1-a** : un sein vide / **2-c** : 900ml / **3-c** : le même nombre de calories que le lait de vache / **4-a** : le lait maternel secrété du 1^{er} au 6^{ème} jour / **5-c** : un an / **6-c** : 55% / **7-a** : 15% / **8-c** : 3 à 4 jours après l'accouchement / **9-c** : 30% / **10-c** : 75% / **11-a** : <10% / **12-b** : 6 mois / **13-b** : dans les PVD, un enfant allaité exclusivement a deux fois plus de chances de survivre qu'un enfant recevant des préparations ou un allaitement non exclusif / **14-b** : 38% .



VRAI ou FAUX ?

- 1. Certaines mères ont un lait qui n'est pas nourrissant :**
 VRAI FAUX
- 2. Une mère qui fume plus de 5 cigarettes par jour ne doit pas allaiter :**
 VRAI FAUX
- 3. Pour avoir du lait, il faut boire beaucoup :**
 VRAI FAUX
- 4. On peut effectuer des soins dentaires pendant l'allaitement :**
 VRAI FAUX
- 5. Une mère qui a de la fièvre doit suspendre l'allaitement :**
 VRAI FAUX
- 6. Un antécédent de chirurgie mammaire contre indique l'allaitement :**
 VRAI FAUX
- 7. Une femme qui a les bouts de seins plats peut allaiter :**
 VRAI FAUX
- 8. On peut manger du fromage au lait cru et du steak tartare pendant l'allaitement :**
 VRAI FAUX
- 9. Les femmes qui ont de gros seins ont plus de lait que celles qui ont de petits seins :**
 VRAI FAUX
- 10. L'allaitement maternel protège des infections microbiennes :**
 VRAI FAUX

Réponses : **1.** FAUX. En début de tétée, le lait est surtout riche en eau en lactose et en protéines. Il s'enrichit ensuite en graisses. La ration lipidique prise par l'enfant dépend donc simplement de la durée de la tétée. **2.** FAUX. L'Académie Américaine de pédiatrie considère que « tabagisme et allaitement maternel sont moins délétères que tabagisme et lait artificiel ». **3.** FAUX. Il n'est pas nécessaire de se forcer à boire, il suffit de boire à sa soif. **4.** VRAI. Du fait de leurs caractéristiques pharmacocinétiques, les anesthésiques locaux ne passent pas dans le lait. Les anesthésies et analgésies locorégionales sont donc possibles sans restriction. **5.** FAUX. La fièvre est un mécanisme global de défense de l'organisme et ne traduit pas, en soi, l'existence d'une infection. Lorsqu'une mère est fébrile, le lait s'enrichit en éléments de défense anti-infectieuse, profitable à l'enfant. **6.** FAUX. Dans la plupart des cas, les interventions de plastie mammaire d'augmentation ou de réduction n'empêchent pas l'allaitement. Il faut simplement surveiller son bon démarrage. **7.** VRAI. Beaucoup de femmes se trompent en pensant ne pas pouvoir allaiter en raison de mamelons plats ou légèrement rétractés. En ouvrant bien la bouche, le bébé peut téter un sein sans mamelon proéminent. **8.** VRAI. **9.** FAUX. La taille des seins n'est pas liée à la taille de la glande mammaire mais à la quantité de tissus adipeux autour de cette glande. **10.** VRAI. Le lait maternel contient des anticorps qui aident à se défendre contre les infections et qui l'aident aussi à construire son propre système immunitaire.



Naissances

La liste des jolis nouveaux nés au CALM s'allonge !

Depuis le mois de septembre sont donc nés : **Andréa, Iris, Titouan, Eliza, Romy, Salomé, Victoria, Mathilde, Zoé, Théophylle, Tristan, Lucie, Aloïs, Ninon, Charlie, Gabriel, Kezya, Solal, Alice** (en photo) et **Tiziano**.

Félicitations aux heureux parents ainsi qu'aux bienheureuses sages femmes !



A noter dans vos agendas :

Aujourd'hui : compléter et envoyer la lettre de soutien à la DHOS.

Mercredi 10 mars, 19h : **atelier portage**, animé par Diane, de l'association "*Porter son enfant, tout un art*". Pour tout savoir des bienfaits du portage, des nœuds de base pour le portage en écharpe, pour poser toutes vos questions et pratiquer en groupe avant ou après l'accouchement... Pour en savoir plus : [le site de "Porter son enfant, tout un art"](http://le-site-de-Porter-son-enfant-tout-un-art.org). Inscription auprès de : vieasso@mdncalm.org (Attention, places limitées ! Ceux et celles qui n'ont pas pu avoir de place au dernier atelier seront prioritaires).

Jeudi 18 mars, 19h : soirée partage autour du **massage bébé**, soirée d'échanges d'expériences (ce n'est pas un cours). La soirée est gratuite et ouverte à tous, à condition d'apporter des victuailles et des boissons !

Mercredi 31 Mars : **permanence**

Mardi 13 avril : Atelier sur le **sommeil du nourrisson et de l'enfant**. Inscription auprès de : vieasso@mdncalm.org

Mercredi 28 avril : **Permanence**.

Mercredi 28 avril : Soirée **partage parents et futurs parents**.

<http://mdncalm.org/>