

# Sein ou biberon : est-ce vraiment un choix ?

En 2016, on pensait le débat clos. Eh bien non ! Beaucoup de mères l'affirment : qu'elles optent pour la tétée ou pour la tétine, elles se sentent jugées. Julie, Julia et... Stéphane racontent.

Par **Stéphanie Torre**

**A** en croire les derniers chiffres, au niveau planétaire, c'est une sorte de catastrophe « naturelle ». On ne dénombre aujourd'hui que 38 % de nourrissons bénéficiant de l'allaitement maternel exclusif pendant six mois, quand l'Organisation mondiale de la santé met tout en œuvre pour que cette pratique en continu grimpe à 50 % d'ici à 2025. Le sein nourricier ? Une tendance très peu lourde en ce début de XXI<sup>e</sup> siècle. Sauf dans certains pays industrialisés où, depuis quelques années, rien ne semble plus glamour que ce « retour aux sources ». Ainsi, sur le réseau Instagram comme dans la presse, les « mamans stars » s'affichent désormais en Vierge à l'Enfant : Victoria Beckham, Natalia Vodianova, Gisele Bündchen... En le clamant : « Allaiter, c'est mieux ! » Pour la ligne, mais surtout parce que c'est plus

« sain » ! Ce qu'approuvent de nombreuses Françaises : si 45 % des parturientes allaient à la maternité en 1997 (« Enquête nationale périnatale »), elles étaient déjà plus de 70 % en 2011 (enquête nationale Elfe, Étude longitudinale française depuis l'enfance). Et l'essor ne cesserait de se confirmer.

## Un rebond record pour le lait maternel

Mais faut-il s'en féliciter ? Au vu des objectifs des institutions de santé publique, sans doute. Sauf que ce « miracle lacté » masque une triste réalité : depuis peu, entre les partisans de l'allaitement et celles du biberon, le fossé se creuse, le respect se délite. « Car pour les unes comme pour les autres, les pressions sociales sont devenues très fortes », remarque la sociologue et démographe Christine Tichit<sup>1</sup>. Conséquences : on se remet à se comparer. Et, donc, à s'opposer. (suite p. 78)

MARIE-CLAIRE SAILLÉ, SÉRIE « TT »



## Julie, 40 ans « Je ne répons à aucun diktat : je prends de la joie ! »

« J'ai allaité ma fille aînée jusqu'à 11 mois, et Arthur et Robin ont récemment repoussé le sein : ils en avaient 13. Le sevrage, comme l'allaitement, s'est donc fait de manière naturelle. Ma chance ? Avoir bénéficié d'une très bonne prise en charge de la part du corps médical. Voilà pourquoi j'aspire à voir toutes les femmes mieux informées. Parfois, j'entends même dire que c'est devenu un « diktat » qui séduit les « bobos »... C'est ignoré que,

dans les faits, on se retrouve encore très souvent jugées. Moi, c'est ma grand-mère qui a tiqué : pour elle, allaiter des jumeaux était un peu « obscène », voire « inquiétant ». Dommage qu'elle n'ait pas su voir la joie que j'y prenais ! Pour autant, je ne suis pas une caricature : je suis aussi une mère qui aime son job, et ne sacralise ni les couches lavables ni les petits pots maison... Juste une femme qui compose, en équipe, avec son époque. »



### **Julia, 36 ans “Le biberon m’est apparu comme une délivrance”**

« Avant que je sois enceinte de Jules, mon compagnon répétait souvent que l'idée de l'allaitement lui paraissait belle, alors même que, moi, je l'excluais. Mes seins, je les envisageais comme de purs objets érotiques, et les tendre à un enfant m'apparaissait presque incestueux. Pourtant, durant ma grossesse, je me suis interrogée sur mes préjugés et j'ai fini par m'en convaincre : j'étais prête à essayer ! Malgré les difficultés, je m'y suis donc

tenue. Avant de craquer, au bout d'un mois. Ma fatigue et mon irritabilité étaient en effet telles que sortir ma poitrine devenait une charge, une véritable aliénation. Pour nous, l'évidence s'est donc imposée : il fallait passer aux biberons ! Et quelle délivrance ! Enfin, nous partageons la mission de nourrir notre fils. Enfin, je me réappropriais mon corps. J'étais si soulagée ! Et vaccinée ? Bizarrement... pas si sûr. »

MARIE-CLAIRE SAILLE « TT »



### **Stéphane, 39 ans “J’ai préféré dire stop !”**

« Lou est notre premier enfant. Lorsque les sages-femmes nous ont sensibilisés, ma compagne et moi, à la question de l'allaitement lors de la préparation à l'accouchement, notre décision s'est imposée : au vu des bienfaits, notre fille serait nourrie au lait maternel. Du coup, quand Marie a rencontré des difficultés avec la mise au sein, dès la naissance, j'ai cru bon d'insister, suivant des conseils et des méthodes parfois triviales. Mais comme le personnel soi-

gnant y tenait... Pourtant, dès notre retour à la maison, j'ai senti que ça dérapait : Lou perdait du poids, sa mère était épuisée... J'ai préféré dire “Stop ! Fin du calvaire, on arrête !”. Avec un sentiment d'échec ? Je ne pense pas, même si Marie a eu besoin d'être rassurée sur ce point, car elle se sentait coupable. Après tout, donner le biberon à notre fille m'a permis, à moi aussi, de profiter de ces moments très privilégiés. » Propos recueillis par S.T.

(suite de la p. 74) Même si les arguments avancés jouissent d'une certaine constance depuis l'invention du biberon, les réseaux sociaux ont changé la donne. En faisant monter le débat d'un ton. D'où le buzz créé, en février dernier, par la tribune « Allaitement : cessons de culpabiliser les femmes », relayée par *Libération*, et signée par plusieurs centaines de mères en colère, dont Marlène Schiappa, présidente du réseau Maman travaille. Sa motivation ? « Une aspiration à conserver mon droit de décider, précise-t-elle. Car je trouve inquiétant que le fait de ne pas allaiter soit un choix de plus en plus difficile à assumer : c'est le signe d'une assignation à un idéal maternel oppressant. Non, recourir à la tétine ne fait pas de nous de "mauvaises mères égoïstes" ! »

### Entre culpabilité et honte

Si les « probiberons » tentent de se débattre comme elles le peuvent en réclamant la « fin de l'idéalisation du lait maternel », chez les « allaitantes », l'ambiance n'est pas non plus à la sérénité. Pour preuve, ce chiffre issu d'une récente étude<sup>2</sup> : aujourd'hui, en France, 41 % des mères qui donnent le sein déplorent que « nourrir son bébé en public reste embarrassant ». « Regards inquisiteurs ou gênants : même discrètes, nous ressentons le poids du tabou, raconte ainsi Julie [lire son témoignage p. 75], 40 ans, maman de trois enfants. Surtout lorsqu'il s'agit de nourrir des jumeaux. » Ce désagrément est d'ailleurs devenu si fréquent que l'on ne compte plus, sur le web, les messages virulents le dénonçant. « Faites un effort d'empathie et demandez-vous si ça vous plairait, à vous, de manger enfermé dans les toilettes ! » a-t-on ainsi pu lire sur Instagram, en août, à l'occasion de la Semaine mondiale de l'allaitement maternel<sup>3</sup>. Résultat : dans ce brouhaha médiatique, la « guerre des mères » s'envenime. Et les joutes font d'autant plus de dégâts que les femmes des années 2000, rarement nourries au sein elles-mêmes, sont souvent obligées de se débrouiller sans grande transmission. Dans de nombreux esprits féminins, avant ou après l'accouchement, c'est donc l'inquiétude qui prime : « Dois-je choisir du seul point de vue de mon enfant ? Ou bien tenir compte de moi ? » Équation d'autant plus complexe que « la culture familiale joue un rôle considérable, précise la psychanalyste Dominique Blin<sup>4</sup>. Que sait donc la nouvelle mère de sa propre expérience de nourrisson ? Sa mère a-t-elle associé "mise au sein" à "douleurs" ? Dans ce cas, il est probable qu'elle en ait une représentation assez négative. De la même manière, une autre femme qui, elle, n'aurait pas été allaitée peut, par souci de "rattraper" quelque chose, se convaincre qu'elle doit y parvenir pour "faire mieux" ». Et si ce n'est pas leur première grossesse, une autre énigme surgit parfois : « Pourquoi ce choix pour celui-ci, quand je ne l'ai pas fait pour celui-là ? »

« Mais, dans la majorité des cas, les femmes se disent surtout que, aujourd'hui, être une mère à la hauteur, c'est allaiter, même de manière mixte, jusqu'à six mois », reprend Christine Tichit. Ce qui est plus souple que les recommandations officielles, mais demeure assez exigeant, « surtout lorsque l'on

## Choisir du seul point de vue de l'enfant ou bien tenir compte de soi ? Équation complexe où la culture familiale joue un rôle considérable

sait que de plus en plus de femmes, soucieuses d'adhérer à la "norme", allaitent un peu à marche forcée », poursuit la spécialiste. Une tendance engendrant les fréquentes difficultés à poursuivre les tétées après la sortie de la maternité, comme en témoigne Julia, 36 ans (lire p. 76). Ainsi, selon les statistiques de la Drees<sup>5</sup>, si la part des nourrissons nourris au sein dès la naissance ne cesse d'augmenter, elle n'est plus que de 30 % à 4 mois... Et 18 % à 6 mois.

### Une affaire d'histoire personnelle

Mais alors, comment agir pour dissiper le malaise et soutenir les femmes ? Selon Christine Tichit, « sans doute faudrait-il commencer par faire de cette question un vrai sujet de société. Cela inciterait les pouvoirs publics à y réfléchir. Et, donc, à ne plus laisser les mères se démener toutes seules ». Pour Dominique Blin, « il serait essentiel de comprendre que, plus que l'environnement social, c'est l'histoire personnelle de chacune qui entre en jeu à l'heure du choix ». D'où son appel à la modération : « La clinique psychanalytique montre que l'expérience de l'allaitement met souvent au jour des fantasmes inconscients (d'être dévorée, de commettre un inceste, de contaminer son bébé...) et réveille, parfois, des peurs ou des inhibitions », commente-t-elle. Pourquoi nier cette dynamique quand il faudrait, au contraire, pouvoir en tenir compte ?

Mais est-ce à dire que l'entourage des mères devrait, lui aussi, se montrer plus attentif ? « Son influence est indéniable, reprend l'analyste. Et plus encore celle du partenaire, qui n'a souvent qu'un mot à dire pour encourager – ou déstabiliser – celle qui se penche sur son bébé. » Ce que confirme Stéphane (lire p. 77), père de Lou, 18 mois : « Moi, c'est en disant stop que j'ai permis à ma compagne de reprendre pied après un allaitement compliqué. Mais ce que l'on décidera ensemble pour le ou la suivante, je n'en ai aucune idée. »

1. Christine Tichit, coordinatrice du groupe thématique alimentation-nutrition au sein de l'enquête Elfe (Ined).

2. « The 2014 Lansinoh global breastfeeding survey ».

3. La Semaine mondiale de l'allaitement maternel se tient la première semaine d'août. En France, compte tenu des vacances d'été, elle a lieu en octobre.

4. Dominique Blin, coauteure de *L'Allaitement maternel : une dynamique à bien comprendre* (Érès).

5. Drees : Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques, chiffres de 2013.