



La législation

“Au travail c’est pas possible ! ”

Historiquement

- 1846 : 1^{ère} crèche ou chambre d'allaitement
- 1911 : proposition de loi
- 1914 : mobilisation
- le 5 août 1917 : promulgation de la loi créant :
 - un droit à l'allaitement pour les mères salariées



Chambre d'allaitement mise en place à la filature Duriez à Seclin.

Aujourd'hui

- Allaitement possible dans l'établissement.
- Pendant 1 an, la salariée dispose d'1h/j durant les heures de travail.
- Possibilité de 2 périodes de 30min déterminée par accord salariée employeur.
- Plus de 100 salariées -> mise en demeure installer des locaux dédiés à l'allaitement.

Des perspectives d'avenir

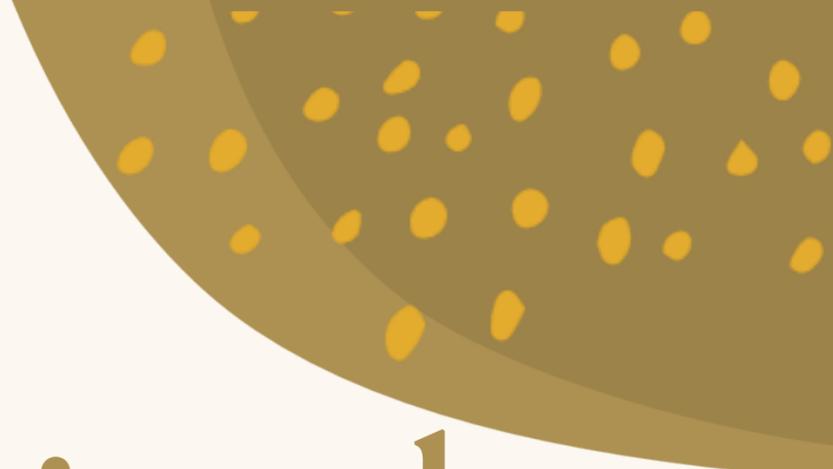
PNNS 2017-2021 :

- promouvoir des environnements favorables à l'allaitement maternel dans les entreprises
- mesures : la possibilité d'allaiter après la reprise du travail
- labelliser et soutenir les entreprises actives dans le soutien aux femmes qui allaitent

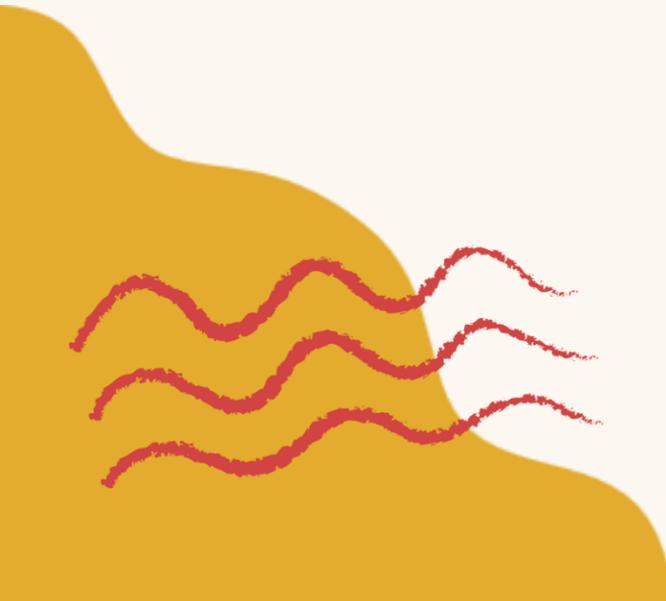
9 mars 2021 : Proposition de loi n°3964 relative à l'allaitement maternel pour une meilleure sensibilisation et plus d'information

- créneaux horaires spécifiques et employeur > 5 salariés
- temps de congé maternité allongé

Fin 2022 : Assises de la pédiatrie et de la santé de l'enfant



Continuer après la reprise du travail



“Allaiter après 3 mois ça sert à rien ? ”

Quel intérêt de poursuivre l'allaitement après la reprise du travail ?



Plus l'allaitement est long et exclusif, plus il y a un intérêt pour la santé de la mère et de l'enfant.

Les intérêts pour le bébé



▪ Diminution des risques d'infection ORL, digestives

▪ Diminution du risque allergique eczéma et asthme si terrain atopique

▪ Prévention du risque cardio-vasculaire :prévention du surpoids et de l'obésité pendant l'enfance ,tension et cholestérolémie plus basse+prévention du diabète de type 2 et à l'âge adulte

Les intérêts pour maman

▪ Diminution le risque de
dépression post-partum

MAMA

▪ Facilitation du lien
mère-enfant (via la
sécrétion d'ocytocine)

▪ Sommeil : accès plus rapide
et éveil plus facile

Les intérêts pour maman

▪
Prévention du risque
cardio-vasculaire avec un
effet dose



▪
Diminue le risque
d'ostéoporose

▪
Diminue l'incidence des cancers du
sein et de l'ovaire

Les intérêts pour la famille

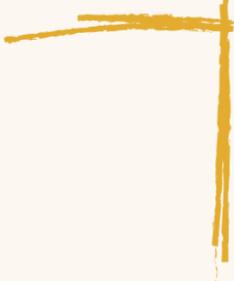


Economique : surcoût lié à l'utilisation des préparations pour nourrissons estimé à 500 euros durant les 6er mois

Les intérêts pour l'employeur



Favorise le bien être
au travail pour une
meilleure productivité



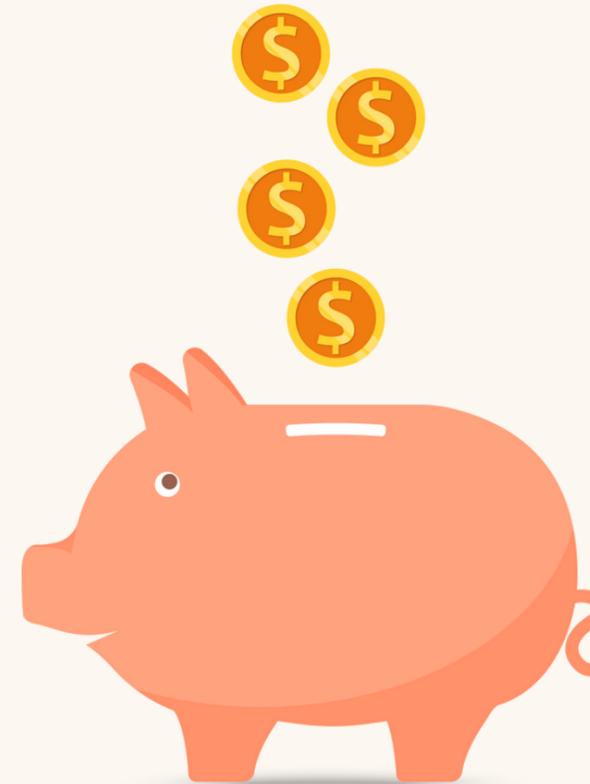
Moins d'absentéisme
pour enfant malade



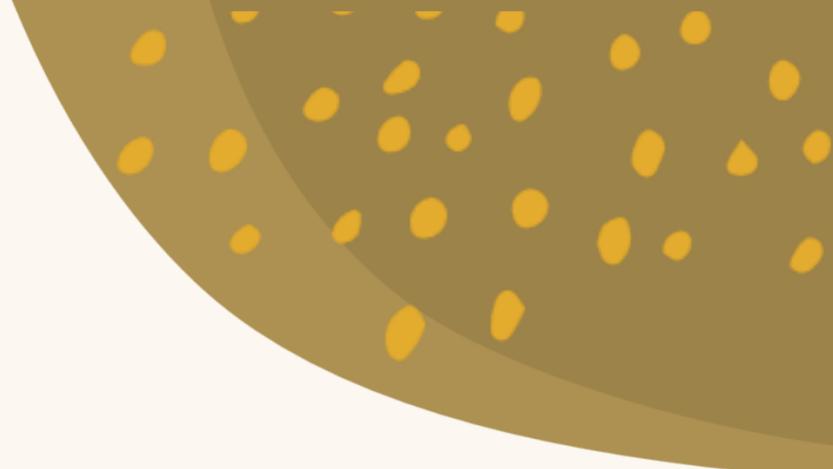
Les intérêts pour la société



Ecologique

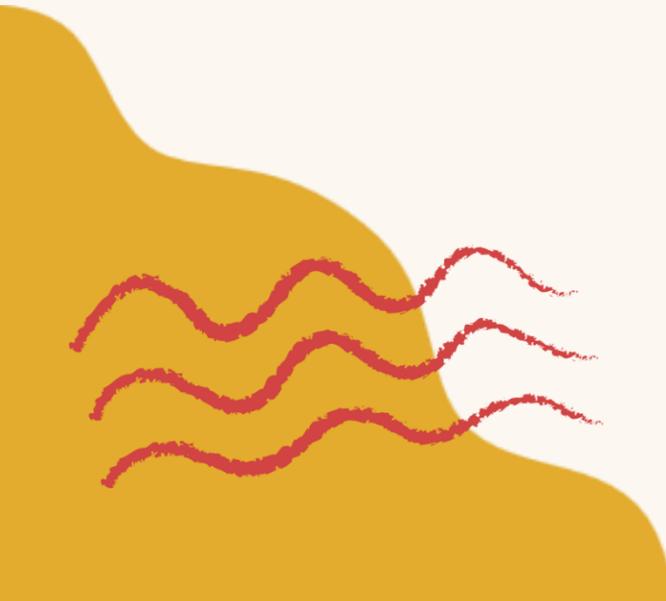


Economique : une augmentation du taux d'allaitement pourrait générer des économies sur les dépenses liées aux pathologies des nourrissons



Préparer la reprise du travail

“Tirer son lait, que c’est compliqué..”



Faut-il préparer la reprise ?

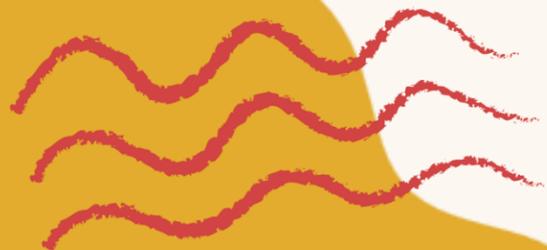
Utilisation du tire lait
une fois par jour, 15
jours avant, permet
de s'habituer au tire
lait et faire des
réserves.

Faut-il préparer le bébé au biberon ?
Un bébé ne s'habitue pas au biberon,
s'adapter à l'enfant et à ses parents

Trouver le lieu ?

- Salle dédiée
- A l'infirmerie
- Avec un frigo à proximité

(Astuce : bureau à la direction ferme toujours à clé...à discuter...)



Les différents tire-laits

Location possible : pharmacie, grandir nature, tire lait express, Rhône Médical, Suckle...

De préférence léger, sur batterie (rechargeable) ou secteur

Hygiène : 1 douche/jour, lavage des mains avant chaque utilisation

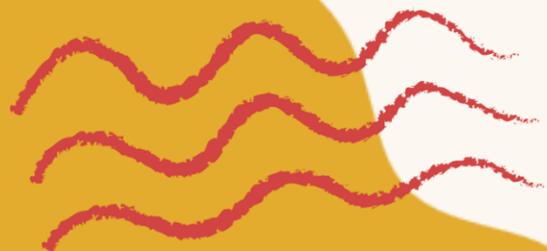
Remboursement tire-laits

- Ordonnance par SS et Mutuelle, d'un tire lait dernière génération,
- Avec set de téterelle à la bonne taille, simple ou double pompage (remboursement 1 fois / semestre)

- Forfait installation 30€,
- Location de 7€50/ sem,
- Caution par chèque ou empreinte bancaire (parfois sans caution)

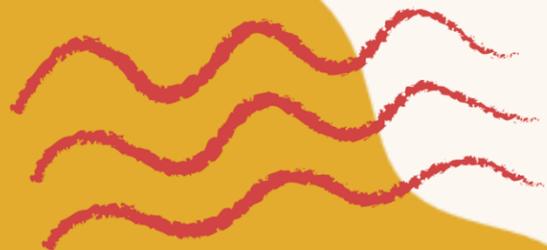
Quand tirer ?

- Donner le sein et/ou tirer le lait avant de partir au travail, et dès le retour à la maison
- Reprendre les tétées en dehors des horaires de travail.
- Essayer de tirer son lait au moins une fois sur le poste à adapter en fonction de la durée de travail, quand on peut...
- Souvent 15-20 minutes suffisent



Les petits plus

- Prendre le temps de s'installer
- Tirer avec une photo du bébé, un doudou, une petite douceur...
- Massage, expression manuelle avant le tire lait
- Consultation d'allaitement
- Famille, conjoint
- PMI, aide ménagère, TISF familiale...
- Homéopathie, Acupuncture...



Comment tirer ?

2 phases d'expression :

- la stimulation
- l'expression



Une taille de
téterelles adaptée



Conservation et transport du lait maternel

“Le lait ça se périmé !”

Vignette de recommandations

Lait maternel décongelé :

- 1h à température ambiante,
- 24h au frigo
- ne pas “recongeler”



Conservation et transport du lait maternel :

4h

A température ambiante (20-25°)

48 h

Au réfrigérateur à 4°

A la maison, jusqu'à 8 jours

A 4°

4 mois

Au congélateur (-18°)

1h

Dans une glacière avec pain de glace

24h

Décongelé au réfrigérateur

En collaboration avec le groupe de référentes en allaitement



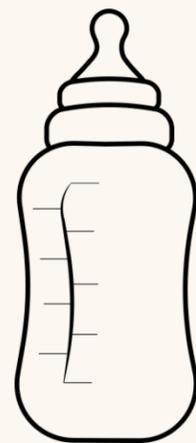
Selon les normes de l'AFSSA et l'HAS

Types de contenant

Penser à noter
la date sur le
contenant

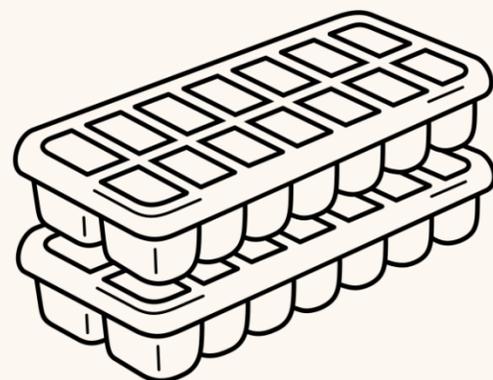


Sachets

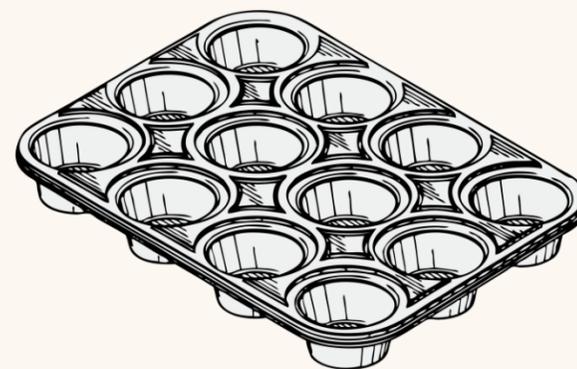


Biberons

Attention mélanger
les laits uniquement à
la même température



Bac à



Moule

Astuce santé
environnemental:
congeler dans du verre

Contenu

En petite quantité :

- 30 ml
- 60 ml

Pour ne pas jeter du lait, il est préférable de le stocker en petite quantité.

Le lait peut avoir une couleur ou une odeur particulière, il reste bon !

Faire frémir votre lait en cas d'odeur savonneuse !

Recommandations d'utilisation

Pour la décongélation
de votre lait :

- lentement au frigo
- sous l'eau chaude
- bain marie



Votre lait est
consommable
pendant 1h après la
tétée et une fois
réchauffé dans la
demi-heure.

Ne jamais réchauffer
votre lait au micro-
onde

Différentes utilisations du lait



Pour le mouchage à
la pipette



Dans le bain



En savon



Pour les éruptions cutanées
(érythème fessier)

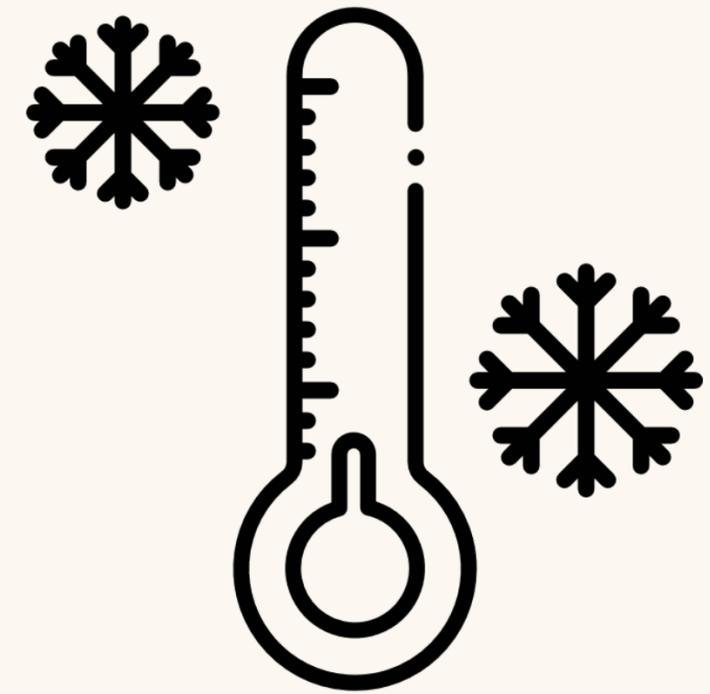
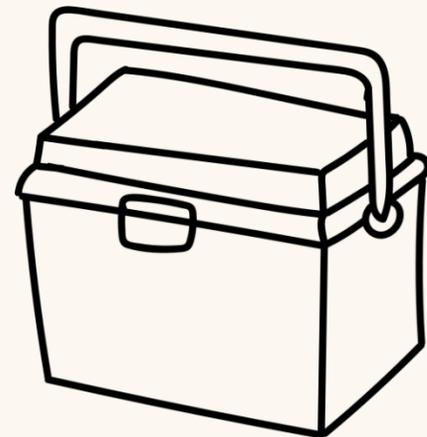


Pour les soins des

Pour toute utilisation,
conservation du lait au frais.

Transport

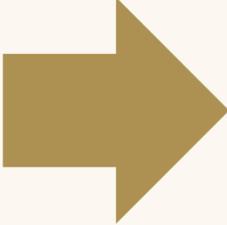
- Dans une glacière
- Avec un pain de glace
- Attention à ne pas rompre la chaîne du froid





Les entreprises de la Loire

Notre “enquête”



11 entreprises contactées : taille moyenne et grands groupes privés plus une mairie.

Les entreprises ciblées employant majoritairement des femmes : malgré tout la plupart du temps infos difficiles à recueillir, 2 entreprises sans réponse.

Il existe de grandes disparités dans les conditions d'accueil des mères allaitantes.

Les “statistiques”

- La moitié des entreprises ont une salle mise à disposition avec un point d'eau et un frigo : le plus souvent l'infirmierie
- 1 entreprise a une pièce dédiée dispo tout le temps pour les autres rien de prévu (1 a répondu les toilettes)
- 3 entreprises rémunèrent 1 heure

Les adaptations mises en place

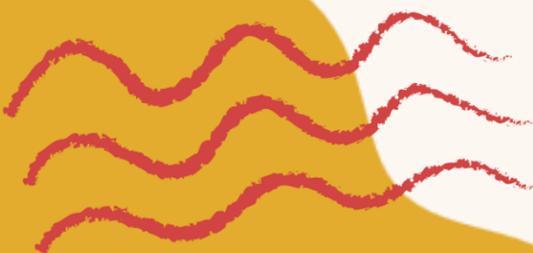
- Une salle en infirmerie, en intimité
- Un fauteuil adapté pour être confortable, être en position allongé
- Un réfrigérateur propre à disposition pour stocker le lait
- L'heure rémunérée
- De l'eau à disposition
- Favoriser le télétravail ou horaires adaptés (après 7h30-avant 19h)

Résultat d'une étude récente

En France, moins de 25% des bébés sont allaités à 6 mois. Taux parmi les plus bas d'Europe.



Constat d'un fossé entre la législation et la pratique : la moitié des services disposaient d'une salle d'allaitement mais seulement 20 % respectaient la législation.



Etude au CHU de Clermont + réseau de santé affilié faite en 2020 (9250 employés). Source : dossier de l'allaitement n°195 , juin 2023.

Remerciements

- La troupe de La Lisa
- Les professionnelles référentes en allaitement
- L'association Ref'Lait
- Le réseau Elena

