« COLOSTRUM »	Corpus Brésil Pelotas	Transcription entretien : Mère

Enquête n°4873
Cote du dépositaire : BO/EE/006
Entretien auprès d'une mère âgée de 31 ans dans la ville de Pelotas au Brésil

Enregistrement : 2014-07-28
Durée : 32 min

Langue originale : portugais
Traduction en langue française : OUI
Transcription en langue originale : NON

Enquêteur (rice)	Campos, Danièla de quieroz
Traducteur (rice)	
Numéro d'anonymat	1322

Comment ça se passe avec l'allaitement ?

-Maintenant ça se passe bien mais au début ce ne fut aussi facile que ça. J'avais très envie d'allaiter, depuis le début. Depuis que j'étais enceinte, je me suis préparée pour allaiter et quand elle est née j'attendais avoir beaucoup de lait dans mes seins, mais ça n'a pas été comme ça. Quand elle avait dix jours nous sommes retournées voir la pédiatre et elle a constatée que Laura avait perdu du poids, elle avait perdu 500 grammes, et nous a dit qu'elle pleurait parce qu'elle avait faim et que je devais essayer de lui donner un peu de complément, pour voir si elle acceptait. Je lui ai offert et elle a accepté, et à partir de là j'ai commencé à compléter toutes les tétées. Moi je souffrais, car j'avais très envie d'allaiter et je ne voulais pas lui donner du lait artificiel, mais je n'ai pas eu de succès avec l'allaitement. Alors j'ai essayé d'autres moyens pour produire du lait. C'est quand elle avait deux mois et demi, presque trois, que j'ai réussi à me relaxer et j'ai pensé : «bon, si ça ne fonctionne pas, ça ne fonctionne pas, elle va grandir de toute façon ». Et quand je me suis détendue j'ai réussi à produire du lait, et c'est là que la pédiatre m'a suggéré d'arrêter avec le complément. Mais comme elle ne prenait qu'un tiers de ce qu'elle prenait au début, j'ai décidé de ne pas supprimer le complément puisque un mois plus tard je finirais mon arrêt de maternité et j'avais peur qu'elle n'accepte pas le biberon. Pourtant aujourd'hui elle n'aurait même pas besoin de complément.

Alors, au début ce fut très difficile, maintenant ça va beaucoup mieux parce que je suis relaxée.

Qu'est-ce que vous avez senti les premiers jours de vie de Laura, lorsque vous ne pouviez pas allaiter ?

-Je sentais qu'elle m'exigeait trop, si je lui offrais mon sein elle acceptait toujours, et n'arrêtait jamais de sucer, elle ne démontrait pas être satisfaite. Alors, quand la pédiatre m'indiqua qu'il y avait peut-être un problème , j'ai tout de suite accepté sans poser des questions. Plus tard, je suis allée m'informer et j'ai appris qu'il y avait d'autres façons de stimuler la production de lait comme par exemple l'utilisation d'une sonde, une méthode que j'ai

connue après. On considère que le 30% des enfants refusent le sein après avoir essayé le biberon, heureusement Laura ne fait pas partie de ce 30%. J'ai fait confiance à la pédiatre, parce que je voyais que Laura était toujours prête à sucer et elle n'arrêtait jamais volontairement. Je devais toujours le détacher du sein.

Vous avez donc vu ça comme un signe qu'elle avait faim ?

-Oui, elle n'était pas satisfaite.

En ce qui concerne le colostrum, comment a été l'allaitement après la naissance ?

-J'étais sure qu'il s'agissait de quelque chose de très nutritif.

Est-ce-que vous avez pensée à ne pas lui donner le colostrum?

- Jamais, j'ai toujours reçu de bons conseils. Mon obstétricien, à qui je considère un excellent médecin, m'a bien orienté. Et à l'Hôpital São Francisco, où Laura est née, ici à Pelotas, j'ai aussi été bien conseillée. Dès le début, après l'accouchement les infermières venaient de façon routinière dans ma chambre, et pas seulement pour m'assister, mais aussi pour voir comment j'étais, pour vérifier si je mangeais, pour me donner les médicaments etc… Il y avait des infermières qui venaient de temps en temps vérifier comment marchait l'allaitement, pour vérifier si elle prenait bien le sein, pour voir si j'étais en train de la tenir correctement, pour lui apprendre à roter. À l'hôpital on m'a appris plein de choses qui m'ont beaucoup servi.

Est-ce-que vous pensez que le Colostrum a été suffisant pour alimenter votre fille, lors des premiers jours ?

- Je pense que oui, pas seulement pour l'alimentation, mais aussi pour tous les anticorps que le Colostrum apporte. Je pense que le colostrum a d'autres bienfaits que le lait n'en a pas. Je crois qu'il est indispensable pour assurer les besoins d'un nouveau-né.

Est-ce-que dans votre entourage il y a des personnes qui pensaient que vous deviez offrir cette première alimentation (Colostrum) ?

-Oui, je n'ai eu que des commentaires favorables.

Et est-ce qu'ils ont parlé favorablement de l'allaitement?

-En général oui, mais j'ai senti un certain refus dans la famille de mon mari. Les deux arrière-grands-mères de Laura qui vivent encore, n'ont pas allaité. Ma belle-mère a allaité pendant trois mois et sa mère a allaité pendant trois ou quatre mois aussi, et quand elles ont su que j'étais en train de lui donner du complément …. L'allaitement est très

important, mais il exige beaucoup de temps. Il y a des femmes qui n'arrivent à rien faire de plus. Et alors elles voyaient que j'arrêtais tout le temps pour allaiter et ensuite je préparais un biberon, et quand je finissais c'était encore l'heure de l'allaiter. C'est pour cela que parfois elles m'ont suggéré d'arrêter, car elles voyaient que c'était dur et j'étais stressée. D'autre part, ma mère m'a allaité jusqu'à un an et trois mois, elle a arrêté parce que la pédiatre lui a dit qu'elle s'affaiblissait et elle avait maigrit de plus de 20 kilos en allaitant. Ma sœur par contre a pris le sein jusqu'à six mois. Aujourd'hui, moi j'ai 31 ans et elle en a 25, on voit la différence. Ma sœur s'expose à une légère brise et elle tombe malade, pourtant pour moi c'est difficile que je sois malade. Ma mère a toujours attribué à l'allaitement, et j'ai été élevée en écoutant que j'avais beaucoup tété et donc j'étais forte. Alors, je pense que je vais transmettre ça à ma fille si je l'allaite pendant longtemps. Même si la famille de mon mari m'a conseillé d'arrêter, j'ai plutôt tenu en compte ce que ma mère me disait.

Est-ce-que vous faites quelque chose pour stimuler l'allaitement?

-Je fais attention à mon alimentation, je mange mieux qu'avant. Ce n'est pas que je ne mange plus de pizza, mais j'évite et je préfère manger des repas complets, je bois du thé d'anis qui augmente la production de lait, et aide à éliminer les gaz en détendant l'intestin, et par conséquence Laura aura moins de coliques. Vrai ou pas, elle a eu très peu de coliques si on la compare avec d'autres bébés de son âge. Je le bois tout le temps à la place de l'eau.

Est-ce-que vous buvez beaucoup d'eau ?

-Je m'efforce, parce que je n'ai jamais bu beaucoup d'eau, chaque fois que la nutritionniste me demandait la quantité de litres que j'avais bu, ce n'était jamais les deux litres conseillés. Maintenant j'essaie d'avoir toujours une bouteille d'eau à la portée de la main. En plus au moment d'allaiter j'ai très soif… dès qu'elle commence à téter, je ne sais pas si c'est physique ou psychologique.

Comment ça s'est passé pour vous la première semaine après la naissance de votre enfant ?

-Ce fut une semaine d'adaptation pas facile, mais on était quand même surpris puis que tout le monde disait que ce serait pire encore. On était prêts à ne pas dormir, mais dès le début elle a été très calme. Elle avait même une routine, elle se réveillait tous les trois heures. Ce fut dur, et c'est encore dur mais nous nous attendions à quelque chose de pire.

Est-ce-que vous avez eu peur au début ?

-Non, je n'ai pas eu peur, sauf à un moment donné à l'hôpital que j'ai pensée : «qu'est-ce que je vais faire avec ce bébé chez moi, comment est-ce que je vais faire quand je serai tout seule?». Mais immédiatement elle a pleuré et instinctivement j'ai commencé à faire ce que je devais faire. Mon mari plaisante parce qu'il n'imaginait pas comment serait notre vie avec un bébé, il est surpris de me voir tellement débrouillarde. Quand je suis arrivée chez-moi, je savais déjà comment la baigner et lui procurer d'autres soins. Je ne m'étais jamais occupé d'un bébé, c'est instinctif. J'ai appris à comprendre pourquoi elle pleurait.

Quels sentiments et sensation éprouvez-vous en allaitant votre enfant ?

-Je me sens toute puissante quand je l'allaite. Dans la rue j'ai déjà écouté des critiques, car quand elle était très petite et elle pleurait, je lui offrais le sein. Je ne faisais pas attention au fait d'être dans la rue ou entourée de gens, même si j'étais debout. Un jour, dans un supermarché à Pelotas, un employé m'a dit : «vous avez une salle pour allaiter». Mais je ne voulais pas aller, j'étais au supermarché et je voulais voir les produits et accompagner mon mari. En plus, je savais que ça prendrait quelques minutes, c'était juste pour la calmer. L'employé insista pour que je sorte, ce qui m'a beaucoup gêné. Si je ne suis pas chez moi et j'ai besoin de déboutonner mon chemisier, je ne me sens pas mal à l'aise. J'ai une sensation de pouvoir, nourrir ma fille avec le lait que je suis en train de produire et que je sais qui est extrêmement bon pour elle. Ça a été difficile pour moi, mais aujourd'hui je me sens bien de pouvoir nourrir ma fille avec mon lait sans d'autres moyens.

Est-ce-que vous pensez que votre relation avec votre corps a changé dès que vous avez eu Laura et vous avez commencée à l'allaiter ?

-Oui, j'ai perdu la pudeur, par exemple, de ne pas utiliser un soutien-gorge et que les personnes puissent voir mon mamelon à travers ma chemise. Par fois je ne porte pas de soutien-gorge parce que j'ai l'impression que mes seins ne sont pas un objet de désir ; Ils sont une source d'alimentation pour ma fille et ça ne m'intéresse pas ce que les autres pensent. J'ai grossi pendant la gestation, je manque de tonus musculaire depuis sa naissance et je n'arrive pas à faire de l'exercice physique puisque je préfère rester avec elle. De mon corps je peux m'en occuper plus tard, tandis que le temps que je ne passe pas avec elle on ne le récupère pas. Je vais l'allaiter pendant un ou deux ans, le temps qu'elle voudra. Je ne fais pas de régime pour maigrir, parce que quand je l'ai commencé ma production de lait a diminué, je mange plus de ce que je mangeais avant. On dit qu'on doit prendre 80 calories pour chaque 100 ml de lait, et ma fille a besoin de toutes ces calories. Maintenant je fais comme ça, après je verrai. Elle a besoin de mon corps pour se nourrir et être en bonne santé.

D'après vous, du point de vue économique, est-ce qu' allaiter est avantageux?

-C'est avantageux, oui. Au début elle consommait une boîte par semaine de lait maternisé, avant elle prenait le NAN de Nestlé, mais elle n'a pas aimé et maintenant elle prend APTAMIL de Danone, et une boîte coûtait entre 50 et 60 reais. Avec une boîte par semaine ça faisait plus de 200 R par mois. Heureusement nous n'avons pas de soucis économiques mais pour les familles qui ne reçoivent qu'un salaire minimum c'est à peu près le 30 et même le 40 pour cent des revenus. Aujourd'hui elle consomme à peu près deux boîtes par mois et ça fait déjà une semaine qu'elle a commencée à manger des fruits. Je l'ai toujours allaitée, et elle a toujours pris moins de complément que ce que la boîte indique.

Est-ce-que vous êtes préparée pour un accouchement naturel ?

-Oui, je l'ai voulu dès le début. Je faisais des exercices avec une physiothérapeute pour fortifier le périnée et d'autres de respiration. J'étais prête pour l'accouchement normal, mais elle n'a pas voulu. Je me demande encore aujourd'hui si la césarienne était vraiment indispensable. J'ai choisi de faire confiance au médecin qui m'a dit que j'avais déjà 41 semaine de gestation et que le bébé ne faisait pas signe de vouloir naître et c'était un risque». J'ai choisi la césarienne parce que j'avais peur et je ne voulais pas prendre des risques. J'aurais pu peut être attendre une semaine… j'ai choisi de ne pas attendre.

Est-ce-que dans votre entourage de personnes que tu côtoies qui sont, ou qui ont été enceinte, le choix d'une césarienne est plus pris que celui de l'accouchement normal?

-On en discute beaucoup, il y a celles qui prennent parti pour l'accouchement humanisée et celles qui le critiquent. Il existe deux courants, celles qui sont pour et celles qui sont contre ce type d'accouchement (normal et césarienne). Il y a un retour à l'accouchement humanisé, et j'ai des amies qui souhaitaient l'accouchement normal mais au dernier moment elles ont dû se soumettre à la chirurgie. Plusieurs d'entre nous, nous nous demandons encore « est-ce-que l'accouchement naturel n'était pas vraiment possible ? » Mais on se méfie…et si ça tourne mal ? Serai-je la responsable ? La famille croira que c'est de ma faute ?on est un peu déboussolé, et on fait un choix, on prend une décision. La famille apporte un soutien, mais au moment de décider… non mari par exemple a dit que si je voulais avoir un accouchement naturel, il m'accompagnerait dans ma décision, mais qu'il préférait la césarienne. Sa mère a eu un accouchement naturel et une césarienne, et dans le premier cas on a dû lui faire une grande épisiotomie ce qui a été très douloureux. Elle a raconté cette histoire à mon mari, alors mon mari me dit qu'il a peur de l'accouchement naturel.

Le jour que Laura est née, il a été là dès les premiers soins, et dans la salle d'à côté il y avait une femme qui faisait un accouchement naturel, il l'a donc entendu crier cette maman, de retour dans ma chambre il a dit : « si dans

l'avenir tu décidais d'accoucher naturellement je ne t'accompagnerais pas dans ta décision !!!!!! » Il était vraiment impressionné des cris de cette femme !!!!

Je pense que la parturiente sait ce qu'elle est en train de sentir et les personnes qui l'entourent ont peur parce qu'elles ne savent pas quoi faire. Ils veulent aider mais ne savent pas comment, ils ne comprennent pas que parfois les cris de cette femme qui est en train d'accoucher peuvent être pour s'aider à faire de la force et pas nécessairement à cause de la douleur. Mais pour lui ça a été terrible, comme si on était en train de tuer de douleur cette femme.

Qu'est-ce-que vous pensez qui compte le plus quand on a choisi la césarienne ? L'esthétique ou le fait de ne pas sentir la douleur ?

-Je pense que les deux choses. J'ai des amies qui ont commencé avec le travail d'accouchement et qui se sont hospitalisées immédiatement parce qu'elles ne voulaient pas l'accouchement naturel. Je connais plusieurs cas et c'est parce qu'elles ont peur et ne veulent pas souffrir. Une amie qui est enceinte m'a dit : «je regrette d'avoir choisi l'accouchement naturel. J'ai 39 semaines de gestation et je souhaite maintenant la césarienne, mon fils aurait pu déjà être né. C'est dur, il pèse beaucoup, j'ai mal aux côtes, je n'arrive pas à dormir et j'ai des aigreurs. Ça fait une semaine que je pourrais avoir mon fils, et il faut que j'attende jusqu'à la semaine 42. J'ai peur d'être dans la rue et que l'accouchement arrive, plusieurs fois j'ai déjà rêvé qu'on me voit dans le journal télévisé parce que mon fils est né dans un taxi ». Elle a peur de ne pas contrôler la situation et je pense qu'on a besoin de pouvoir tout contrôler. La césarienne c'est justement ça, maintenir tout sous contrôle. Tu choisis le jour pour aller à l'hôpital et l'horaire dans lequel ton fils va naître. Il y a des mères qui choisissent la date en fonction des signes, par exemple. Mais dans mon entourage, la césarienne est encore une décision du médecin. Plusieurs d'entre nous voulions l'accouchement naturel mais on n'a pas pu l'avoir, et alors on a ce sentiment de culpabilité. Nous croyons que c'est de notre de faute. Se sont les médecins qui imposent la césarienne.

Mon docteur m'a dit : «tu veux attendre, on peut attendre, mais elle est grande et il y a des risques pour les deux ». Quand il a parlé de danger j'ai tout de suite décidé d'aller en salle d'interventions

Comment est-ce-que vous vous êtes sentie après la césarienne ?

-Il y a quelque chose de psychologique que je veux travailler avec mon psy: la frustration. Je me suis toujours préparé pour l'accouchement naturel et j'imaginais plein de choses, je me voyais en train de la baigner, heureuse et joyeuse avec elle accrochée à mon cou. Mais avec l'anesthésie épidurale on ne peut pas bouger la tête pendant

plusieurs heures. La césarienne a été à 18.30hs et je suis retourné dans la chambre à 22.30hs, le médecin a laissé des indications mais il ne reviendrait que le lendemain à 7heures. Je suis donc restée sans bouger la tête jusqu'au lendemain. Je n'ai pas pu dormir puisque j'avais le sérum dans mon bras, ma fille pleurait et je n'arrivais pas à la voir puisque j'étais en position horizontale. Et la première image que j'ai de ma fille c'est celle que mon mari a pris de nous deux. Elle tétait mais je n'arrivais pas à la voir. Ma belle-mère disait : « elle a les mêmes pieds que Vanessa ». Et moi, je ne pouvais pas voir le pied de ma fille. J'ai eu aussi très soif pendant toute la nuit, mais on ne me donnait pas d'eau. Ce ne fut que le lendemain, après la visite du docteur, qu'on m'a donné de l'eau et j'ai pu commencer à me lever, mais je faisais tout lentement. Ma fille est donc née à 18.30hs d'un jour et j'ai pu la voir à 9hs du lendemain. Le fait de ne pas pouvoir toucher et voir ce que tout le monde était en train de voir m'a provoqué une grande frustration. Au niveau médical ça c'est bien passé. Je souffrais un peu, et c'est mon mari qui me baignais les premiers jours. J'ai eu les points de suture pendant 10 jours et j'avais peur de baigner ma fille, car la douleur m'empêchait de faire certains mouvements. Ces premiers jours, à cause des sutures je ne pouvais pas m'approcher du four ou du frigo. Ma sœur est restée avec moi pour aider aussi mon mari.

Ma fille est née un vendredi soir et le poste de vaccins était fermé, je devais donc la faire vacciner le lundi matin à l'hôpital, mais comme je souffrais tellement, mon mari et ma sœur ont dû la conduire. Moi j'avais très faim et je ne pouvais même pas ouvrir le frigo. J'ai pensé à toutes ces femmes qui sont dans la même situation et n'ont personne pour les aider, et les hommes n'ont que cinq jours de congé de paternité.

Est-ce- qu'il y a un endroit chez vous, où vous préférez allaiter votre enfant ?

-J'allaite ma fille au moment qu'elle me demande, peu importe l'endroit où je suis. Chez moi, je m'assois dans le canapé et j'utilise un oreiller pour l'allaiter, cela m'aide pour affirmer son corps. Quand je veux qu'elle s'endorme, je vais dans la chambre et je baisse l'intensité de la lumière.

Est-ce-que vous pensez que les gens regardent les mères qui allaitent en publique ?

- Certaines personnes m'ont surprise, par exemple un ami que j'ai depuis longtemps et qui vient souvent chez nous. Quand il est à la maison et je vais allaiter ma fille, il sort parce qu'il se sent gêné. Même s'il est ingénieur en alimentation et il comprend de quoi il s'agit, il est mal à l'aise. Mais en général je n' ai pas vécu trop de situations gênantes.

Est-ce- que vous souhaiteriez parler encore de l'allaitement, nous dire d'autres choses ?

-Je pense que l'allaitement est plus que nourrir, il y a un lien qui s'établie. Parfois je suis épuisée, parce que j'ai peu dormi, et elle m'exige beaucoup. Elle prend mon sein comme si c'était une tétine, et souvent je dois dormir assise,

ce qui me fatigue encore plus. Alors, il y a des fois que j'ai envie de partir de chez moi, mais là je m'arrête à penser : «deux ans (si j'arrive à l'allaiter jusqu'à cette âge) ce n'est pas beaucoup dans la vie d'une personne ! Ce n'est rien, on fait peu de choses en deux ans». Alors j'essaie de voir ça comme une étape, deux ans qui peuvent être fondamentaux pour toute sa vie. Je veux être la responsable de sa bonne santé. Je ne veux pas me sentir comme ma mère qui se culpabilise de ne pas avoir allaité ma sœur qui a tellement de problèmes de santé. Je veux me sentir heureuse d'avoir aidé ma fille à être en bonne santé, et c'est ce sentiment qui m'aide aujourd'hui.