

PROTÉGEONS L'ALLAITEMENT

Les épiceries ont un rôle à jouer

Saviez-vous que les personnes qui allaitent peuvent dépenser jusqu'à 400 calories additionnelles chaque jour?¹ L'allaitement est le mode d'alimentation le plus sûr et le plus adapté aux besoins des tout-petits. À partir de six mois, les aliments de base viennent compléter le lait maternel.

Les saines habitudes alimentaires s'acquièrent dès le plus jeune âge. Quelles pratiques avez-vous adoptées pour aider les familles à favoriser de telles habitudes ?

En tant que gestionnaire d'épicerie, vous avez un rôle important à jouer pour valoriser les saines habitudes alimentaires dès la naissance. En offrant un espace commercial favorable à l'allaitement, vous répondez aux besoins de toutes les familles.



« Si l’allaitement n’existait pas déjà, celui qui l’inventerait aujourd’hui mériterait un double prix Nobel en médecine et en économie². » *Keith Hansen, Banque mondiale*

Les saines habitudes alimentaires des tout-petits commencent avec l’allaitement et se poursuivent avec l’introduction d’aliments complémentaires appropriés : légumes, produits céréaliers et aliments riches en protéines. Au Québec, bien que 94 % des femmes amorcent l’allaitement à la naissance de leur enfant, les taux diminuent rapidement dès les premières semaines. Seulement 8 % d’entre elles cesse l’allaitement au moment où elles l’avaient prévu⁴. Santé Canada, entre autres, recommande de poursuivre l’allaitement jusqu’à deux ans ou plus, accompagné d’aliments complémentaires appropriés à partir de six mois⁵.

Créer des environnements favorables à l’allaitement, c’est aussi limiter la pression des fabricants et distributeurs de préparations commerciales pour nourrissons. Parmi les facteurs contribuant à la chute des taux d’allaitement, les pratiques marketing agressives de l’industrie de l’alimentation des tout-petits jouent un rôle considérable en exerçant une énorme pression sur les familles⁶.

Protéger l’allaitement est compatible avec la vente de préparations commerciales pour nourrissons (PCN), de biberons et autres articles connexes. Il ne s’agit pas de stigmatiser les femmes qui ont décidé d’utiliser ces produits ni même de faire la promotion de l’allaitement, mais bien de veiller à ce que les familles ne subissent pas de pression supplémentaire quant au mode d’alimentation de leur tout-petit.

Un code pour protéger toutes les familles

Afin de protéger l’allaitement, tout en assurant une utilisation correcte des PCN et des produits connexes lorsque c’est nécessaire, le Canada est signataire du *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel*⁷ (le Code) adopté en 1981 par 118 pays. Depuis, ce Code est régulièrement bonifié par des résolutions de l’Assemblée mondiale de la Santé⁸. Son but n’est pas d’interdire l’utilisation de ces produits, mais plutôt de veiller à ce qu’ils ne soient pas « distribués par des méthodes susceptibles de nuire à la protection et à la promotion de l’allaitement au sein ».

LE RESPECT DU CODE

permet de répondre aux besoins de toutes les familles



renforce la confiance de la clientèle



favorise des pratiques commerciales éthiques



DES PRATIQUES INSPIRANTES pour répondre aux besoins de toutes les familles

Il est tout à fait légitime de **vendre des produits visés par le Code** pour les familles qui le nécessitent. Cependant, ils ne devraient pas être mis en valeur par une visibilité privilégiée (en bout d'allée par exemple).

Lorsque c'est possible, il est préférable de **ne pas participer aux pratiques promotionnelles** (bons de réduction, échantillons gratuits, etc.) entourant les produits visés par le Code afin de ne pas exercer de pression supplémentaire sur les familles.

Certains articles d'allaitement sont essentiels (compresses d'allaitement, sacs de congélation du lait maternel, etc.). Ils peuvent être ajoutés aux autres produits d'hygiène.

Pour décorer un magasin ou indiquer les rayons pour enfants, des **visuels sans biberon ni suce** et avec un bébé dans les bras sont inspirants et adaptés à toutes les familles.

Pour **les sites web, la vente en ligne et les médias sociaux**, le feuillet du MAQ⁹ permet d'en savoir plus sur les meilleures pratiques à adopter.

La vigilance est de mise quant aux descriptions des produits. Comparer un produit avec le lait maternel ou le sein contrevient au Code. Il est préférable de ne pas reprendre ce genre d'allégation dans la description du produit en ligne ou en boutique, afin d'éviter les comparaisons trompeuses.

Des dispositions dans les **conditions de travail** pour faciliter la poursuite de l'allaitement après la reprise du travail du personnel permettent d'être cohérent avec l'attitude du commerce en matière d'allaitement.

Les commerces intégrés dans la **route du lait**¹⁰ gagnent en visibilité et facilitent les déplacements de la clientèle ayant de jeunes enfants. La première étape est de contacter la ressource communautaire en allaitement de son secteur.

PRODUITS VISÉS

par le *Code international de Commercialisation des substituts du lait maternel*

- Tous les aliments et boissons pour les moins de 36 mois
- Les biberons et tétines
- Les sucres



L'article 5.3 du Code précise qu'«il ne devrait y avoir pour les produits visés par le présent Code ni publicité aux points de vente, ni distribution d'échantillons, ni aucune autre pratique promotionnelle de la vente directe aux consommateurs au niveau du commerce de détail, telle qu'étalages spéciaux, bons de réduction, primes, ventes spéciales, ventes à perte et ventes couplées.⁷».

Notre épicerie peut-elle offrir des commandites en respectant le Code ?

Oui. Pour être éthiques et soutenir de saines habitudes alimentaires, les commandites ne devraient toutefois pas comprendre de produits visés par le Code ni de produits portant la marque ou l'image d'un produit visé par le Code. Dans la mesure du possible, le commerce devrait aussi se conformer au Code, et ce, afin de protéger les familles contre une mauvaise utilisation de ses produits.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Des investissements disproportionnés

Les investissements des fabricants dans le marketing et la promotion des produits visés par le Code sont largement supérieurs aux sommes investies par les autorités publiques dans la promotion de l'allaitement.

Des produits alimentaires inutiles

Les aliments de base conviennent aux tout-petits pour compléter le lait maternel ou les PCN. Ils n'ont pas besoin d'aliments ou de boissons transformés, qui sont généralement plus chers et souvent trop sucrés. Certains laits pour bambins sont même déconseillés¹¹.

Les appellations « lait maternisé » et « formule » sont trompeuses

L'expression « lait maternisé » utilisée pour faire référence aux PCN laisse croire que le lait est devenu maternel. Le terme « formule » vise à donner un caractère « scientifique » aux PCN – une formule chimique complexe minutieusement étudiée en laboratoire. Ce qui n'en est rien. L'Office québécois de la langue française recommande d'utiliser « préparation commerciale pour nourrissons »¹².

Les épiceries jouent un rôle central dans les communautés. Elles peuvent répondre aux besoins de toutes les familles tout en contribuant à une saine alimentation dès le plus jeune âge.

Références

1. O'Connor D. L. et coll. (2016). Consensus canadien sur la nutrition féminine : adolescence, reproduction, ménopause et au-delà. *J Obstet Gynaecol Can.* 2016 Jun;38(6):555-609.e19. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2016.05.008>
2. Hansen K. (2016). Breastfeeding: A smart investment in people and in economies. *The Lancet*, 387(10017), 416. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)00012-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00012-X)
3. Observatoire des tout-petits. (2017). Durée de l'allaitement exclusif. <https://tout-petits.org/donnees/environnement-familial/comportements-a-risque-et-comportements-preventifs/allaitement/duree-de-l-allaitement-exclusif/>
4. Observatoire des tout-petits. (2017). Principales raisons données par les mères qui n'allaitent plus leur dernier enfant pour expliquer leur décision d'arrêter l'allaitement. <https://tout-petits.org/donnees/environnement-familial/comportements-a-risque-et-comportements-preventifs/allaitement/allaitement-raison-sevrage/>
5. Énoncé conjoint de Santé Canada et coll. (2012). La nutrition du nourrisson né à terme et en santé : recommandations de la naissance à 6 mois. <https://allaiterauquebec.org/bibliothequevirtuelle/items/show/1746>
6. Mouvement allaitement du Québec. (2021). *Les dessous du marketing de l'alimentation des tout petits : revue de littérature*. <https://mouvementallaitement.org/wp-content/uploads/maq-210930-revue-litterature-code.pdf>
7. Organisation mondiale de la santé. (1981). *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel*. <https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/9241541601/fr/>
8. International Code Documentation Centre. (2019). *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel : résolutions subséquentes de l'Assemblée mondiale de la Santé*. <https://allaiterauquebec.org/bibliothequevirtuelle/items/show/1722>
9. Mouvement allaitement du Québec. (2021). *Protégeons l'allaitement : les sites web et les blogues ont un rôle à jouer*. <https://allaiterauquebec.org/bibliothequevirtuelle/items/show/1841>
10. Mouvement allaitement du Québec. Routes du lait. <https://mouvementallaitement.org/environnements-favorables/routes-du-lait/>
11. Choi Y, et coll. (2020). US toddler milk sales and associations with marketing practice. *Public Health Nutrition* 23(6). 1127-1135. <https://doi.org/10.1017/S1368980019003756>
12. Office québécois de la langue française. (2021). Fiche terminologique: préparation commerciale pour nourrissons. http://gdt.oqlf.gouv.qc.ca/ficheOqlf.aspx?Id_Fiche=17491442



Votre référence en
environnements favorables
à l'allaitement

MouvementAllaitement.org

RESSOURCES EN ALLAITEMENT

Ressources communautaires

Des personnes formées

Les intervenantes et les bénévoles des ressources communautaires en allaitement ont reçu une formation de base leur permettant de répondre à toutes sortes de questions. Elles sont aussi en mesure de déceler les difficultés d'allaitement les plus courantes et de proposer des pistes de solutions.

Du soutien par les pairs

Le soutien par les pairs a un effet positif sur la durée et l'exclusivité de l'allaitement^{1,2}. Ayant elles-mêmes déjà allaité un enfant, les bénévoles en allaitement accompagnent les femmes et les personnes qui allaitent afin de les aider à atteindre leur objectif. Les services peuvent être offerts à distance ou en présentiel, en rencontres individuelles ou lors d'activités de groupe. Pour être optimal, le jumelage avec une bénévole devrait se faire dès la grossesse.

Découvrez les ressources communautaires en allaitement

Par régions du Québec :

mouvementallaitement.org/ressources

Ailleurs au Canada :

safelyfed.ca/canadian-breastfeeding-resources

Références

1. Dennis CL. (2002). Breastfeeding initiation and duration: a 1990-2000 literature review. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs* 31(1):12-32. <https://doi.org/10.1111/j.1552-6909.2002.tb00019.x>
2. McFadden A, et coll. (2017). Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database Syst Rev* 2(2):CD001141. <https://doi.org/10.1002/14651858.cd001141.pub5>.

Quand faire appel à ces ressources ?

En tout temps, y compris pour des besoins ponctuels ou des inquiétudes lors d'une situation particulière, telle qu'une séparation de l'enfant et du parent allaitant ou le sevrage.

Se limitent-elles à l'allaitement ?

Les services offerts sont variables. Concernant le parentage et l'alimentation des tout-petits, ces ressources peuvent au besoin diriger les personnes vers les sources fiables d'information et les services appropriés.

Consultantes en lactation (IBCLC)

Des professionnelles certifiées

Les consultantes en lactation, ou *International Board Certified Lactation Consultant* (IBCLC), sont des professionnelles en allaitement qui possèdent une expertise clinique. Les IBCLC sont certifiées par l'International Board of Lactation Consultant Examiners.

Des services spécialisés en allaitement

Les IBCLC sont encadrées dans leurs interventions par un champ de pratique et un code de déontologie. Elles sont habilitées à effectuer des évaluations complètes afin de résoudre des problématiques liées à l'allaitement qui sont persistantes ou complexes. Les IBCLC travaillent dans le réseau de la santé, les organismes communautaires, les pharmacies, les cliniques spécialisées en allaitement, les cliniques médicales ou en pratique privée.



Votre référence en environnements favorables à l'allaitement

MouvementAllaitement.org

Avec la participation financière du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec