

## FICHE D'INFORMATION 1

# Allaitement et attachement

La documentation sur l'allaitement maternel se concentre surtout sur ses bienfaits d'ordre physique, en particulier le transfert de nutriments et d'anticorps. Or, l'allaitement joue un rôle de premier plan dans la formation de l'attachement, les premiers stades de développement du cerveau et le développement infantile dans son ensemble. Selon de récentes observations, l'allaitement offrirait une protection contre le syndrome de mort subite du nourrisson, peut-être en raison de la réceptivité accrue des parents envers l'enfant et de leur plus grande interaction pendant la journée et la nuit.

L'ocytocine et la prolactine, deux hormones sécrétées par les femmes qui allaitent, ont un effet calmant sur les mères et les nouveau-nés. L'ocytocine concourt non seulement à la formation de l'attachement chez les animaux, mais aussi chez les humains.

L'allaitement n'est pas uniquement un moyen de nourrir un bébé, mais permet également de l'apaiser, de l'aider à se détendre et de lui exprimer son amour.

L'allaitement fait partie des principales pratiques d'attachement. Les parents peuvent s'en servir pour développer un lien profond et durable avec leur enfant et pour répondre à ses besoins. Il donne aussi à la mère la chance de répondre aux comportements d'attachement du nourrisson et de lui assurer, par le fait même, des soins attentionnés. L'allaitement favorise la formation d'un attachement sécurisant parce qu'il rend la mère disponible, réceptive aux besoins de son bébé, affectueuse, heureuse et compatissante.

- L'allaitement est important pendant l'étape des « **comportements non différenciés** » de l'attachement, qui se situe généralement entre l'âge de 0 et 3 mois. Durant cette période, le cerveau du nouveau-né tente d'organiser et de réguler ses états et réactions physiologiques. En répondant de façon adéquate<sup>1</sup> (dans ce cas-ci par l'allaitement) et réconfortante aux messages biologiques (p. ex. la faim) de l'enfant, le fournisseur de soins aide son cerveau à réguler diverses fonctions organiques.
- L'allaitement joue aussi un rôle primordial pendant l'étape des « **comportements différenciés** » de l'attachement (3 à 6 mois) lorsque le nourrisson commence à associer la satisfaction de ses besoins à la disponibilité du fournisseur de soins.
- Durant « **l'établissement d'une base de sécurité** » (6 à 24 mois), le bébé a choisi un fournisseur de soins privilégié qui doit répondre à ses besoins de manière adéquate et aimante. L'enfant, qui a déjà besoin de proximité avec son fournisseur de soins, commence à faire preuve d'autonomie. Pendant cette période, l'allaitement continue donc d'influencer le développement de l'attachement.