



La
préparation
pour nourrissons
est-elle
bonne pour
mon bébé?

3

La préparation pour nourrissons est-elle bonne pour mon bébé?

7

Recommandations sur l'alimentation du nourrisson

13

Le côté émotionnel

19

Questions d'ordre juridique

21

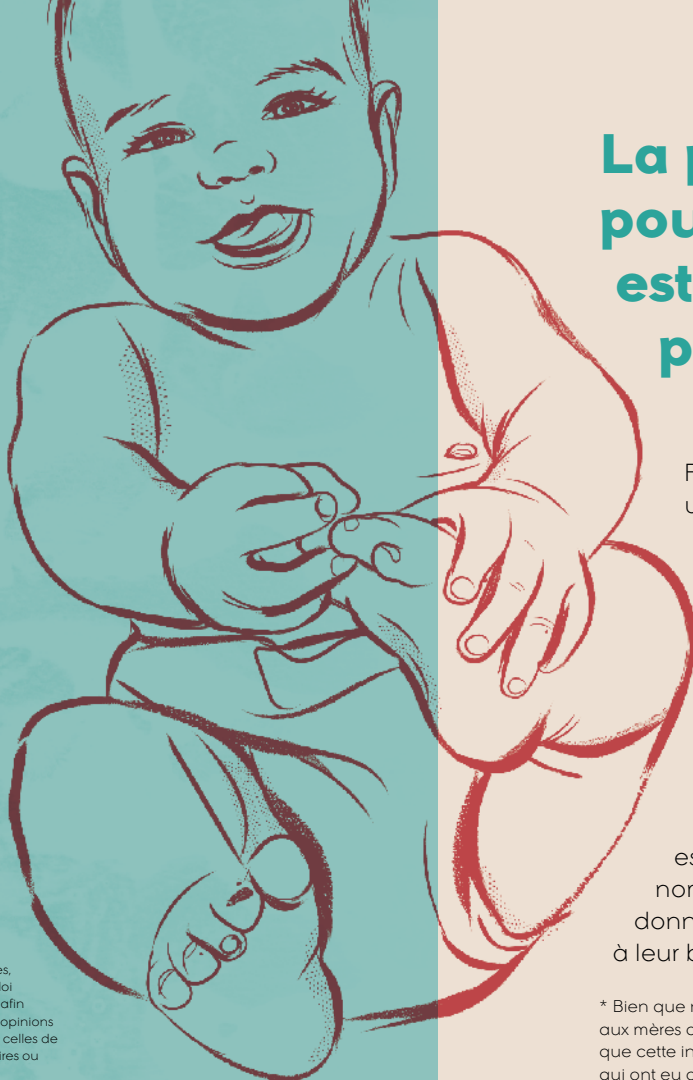
Obtenir de l'aide

22

Programmes de distribution gratuite de préparations pour nourrissons

© 2015, The Teresa Group et CATIE (Réseau canadien d'info-traitements sida). Tous droits réservés.

L'information fournie dans ce livret n'est pas un conseil médical ou juridique. Toute décision concernant un traitement devrait toujours se prendre en consultation avec un docteur qui a une expérience en matière de VIH. Pour obtenir des conseils juridiques, consultez un avocat. Les traitements et la loi changent, alors parlez à un professionnel afin d'obtenir l'information la plus récente. Les opinions dans ce livret ne sont pas nécessairement celles de CATIE, du Teresa Group ni de ses partenaires ou bailleurs de fonds.



La préparation pour nourrissons est-elle bonne pour mon bébé?

Félicitations! L'arrivée d'un bébé est un moment merveilleux et excitant, mais qui peut aussi être un peu inquiétant pour un grand nombre de nouvelles mères.* S'assurer que son bébé reçoit la nourriture qu'il lui faut est habituellement une priorité. Il existe des options différentes pour nourrir son nouveau-né. Les pratiques varient à travers le monde et même d'un bout à l'autre du pays. L'allaitement est une option. Cependant, de nombreuses femmes choisissent de donner une préparation pour nourrissons à leur bébé.

* Bien que nous ayons rédigé ce document pour nous adresser aux mères qui s'identifient comme femmes, nous reconnaissons que cette information pourrait aussi s'appliquer aux hommes trans qui ont eu des enfants.

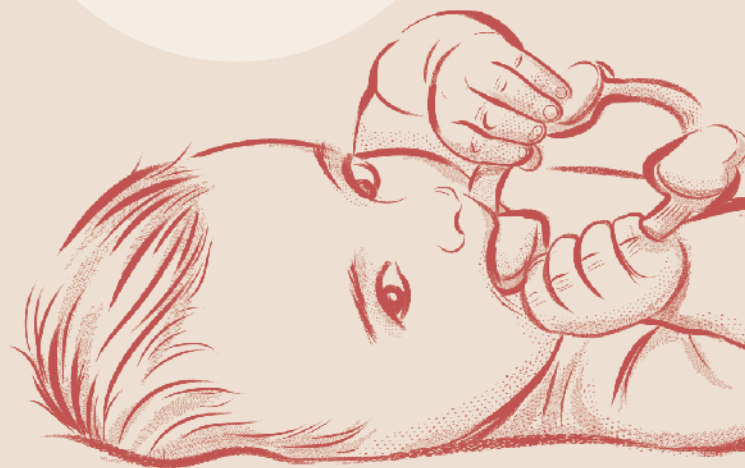


Il y a diverses raisons pour l'utilisation d'une préparation pour nourrissons. Parfois, c'est un choix. Parfois, il y a des raisons médicales. La préparation pour nourrissons est la meilleure option pour les mères qui prennent certains médicaments ou qui ont certaines affections médicales. Par exemple, utiliser une préparation pour nourrissons est une des mesures qu'une femme vivant avec le VIH peut prendre pour s'assurer que son bébé demeure séronégatif.

Les femmes peuvent ressentir différents sentiments par rapport à l'utilisation d'une préparation pour nourrissons. Certaines femmes se sentent à l'aise de s'en servir. D'autres, cependant, vivent dans des cultures où la préparation pour nourrissons est perçue comme une option moins saine que l'allaitement. Cela peut causer de nombreuses émotions.

Il est important de savoir que **la préparation pour nourrissons fournit la nutrition dont les bébés ont besoin pour grandir fort et en santé.** De plus, si vous êtes une femme vivant avec le VIH et que vous êtes enceinte ou avez un jeune bébé, ce livret contient des informations importantes pour garder votre bébé en santé.

**La
préparation
pour nourrissons
fournit la
nutrition dont les
bébés ont besoin
pour grandir fort
et en santé.**



Il n'y a aucun
risque de
transmission
du VIH à votre
bébé avec la
préparation pour
nourrissons.



Recommandations sur l'alimentation du nourrisson

Si vous avez le VIH, vous pourriez entendre de nombreuses choses en ce qui concerne la façon de nourrir votre bébé. Les messages à ce sujet varient en partie parce que les **recommandations en matière d'alimentation en vigueur au Canada ne sont pas les mêmes que dans certains autres pays**. Voici les recommandations destinées aux mères vivant avec le VIH au Canada :

- **Donnez une préparation pour nourrissons à votre bébé.** Il n'y a **aucun risque de transmission du VIH** à votre bébé après la naissance avec une préparation pour nourrissons. Il existe plusieurs programmes au Canada qui offrent gratuitement des préparations pour nourrissons. Vous en trouverez une liste à la fin de ce livret.
- **N'allaitez pas votre bébé.** Le VIH peut se transmettre d'une mère séropositive à son bébé par le lait maternel. Le risque est plus faible lorsque la charge virale de la mère est indétectable, mais il n'est pas éliminé.

Vous avez peut-être entendu dire que, dans les pays à faible revenu, on conseille aux mères de prendre des médicaments anti-VIH et d'allaiter leur bébé. Dans les pays en question, l'accès à l'eau propre et/ou aux préparations pour nourrissons abordables n'est pas toujours une possibilité. Par conséquent, le risque que la préparation rende le bébé très malade à cause de malnutrition ou d'infections (surtout la diarrhée et la pneumonie) est plus élevé que le risque de VIH. Il est donc possible que l'allaitement soit l'option la plus sécuritaire dans ces pays, même si un faible risque de transmettre le VIH existe toujours.

Au Canada, la majorité des gens ont accès à de l'eau potable propre et peuvent conserver une préparation pour nourrissons faite avec de l'eau dans leur réfrigérateur, ou encore ils peuvent se procurer



une préparation prémélangée qui n'a pas besoin d'eau. C'est pour ces raisons que les préparations pour nourrissons sont recommandées. Si vous ne pouvez pas vous procurer d'eau propre ou de préparation prémélangée, parlez à un professionnel de la santé ou à un intervenant de soutien en qui vous avez confiance afin de planifier votre approvisionnement en préparation pour nourrissons avant que votre enfant naisse.

N'allaitez pas votre bébé. Évitez d'alterner entre l'allaitement et une préparation pour nourrissons.

- **Évitez d'alterner entre l'allaitement et une préparation pour nourrissons ou un autre substitut du lait maternel** (comme le lait de vache); on appelle cette pratique l'alimentation mixte. Les études révèlent que l'alimentation mixte comporte le risque le plus élevé de transmettre le VIH à votre bébé.
- **Ne mâchez pas la nourriture dans votre bouche avant de la donner à votre bébé.** Si votre sang se mêle à la nourriture, le VIH peut se transmettre à votre bébé.
- **Soyez honnête envers votre spécialiste du VIH et les professionnels de la santé de votre bébé quant à la nourriture que vous lui donnez et la manière dont vous le nourrissez.** Cela permettra à votre équipe médicale de donner les meilleurs soins possibles à votre bébé parce qu'elle aura toutes les informations nécessaires.

Comment les recommandations sont-elles faites au Canada?

Au Canada, les recommandations aux mères vivant avec le VIH sont fondées sur des études de recherche.

- Des bébés contractent le VIH du lait maternel même si leur mère prend ses médicaments anti-VIH et a une faible charge virale.
- Les experts croient que le VIH peut « se cacher » dans le lait maternel. (Ils affirment que le lait maternel est un « réservoir de VIH ».) Lorsque le VIH se cache, les médicaments anti-VIH sont incapables de le trouver et de le traiter. Alors, même si une personne a une charge virale indétectable dans le sang, le VIH peut encore être présent dans le lait maternel et se transmettre au bébé pendant l'allaitement.

Les experts croient que le VIH peut se cacher dans le lait maternel, même lorsque la mère prend des médicaments anti-VIH.




- Lorsqu'une mère suit un traitement contre le VIH, il est possible que des traces de médicaments anti-VIH soient présentes dans son lait. Nous en savons peu sur l'impact éventuel que les médicaments anti-VIH pourraient avoir sur le bébé au fil du temps s'il en ingère dans le lait maternel. À en croire certaines études, il n'y a pas lieu de s'inquiéter. Cependant, selon d'autres études, chez les bébés qui contractent le VIH par le lait maternel, le virus risque de ne pas répondre à certains médicaments anti-VIH à cause de résistances médicamenteuses. Lorsque le VIH devient résistant à des médicaments anti-VIH, ces derniers cessent d'agir, et la maladie peut être plus difficile à traiter. Nous devons en apprendre davantage à ce sujet.

Même si vous entendez parler des bienfaits de l'allaitement, **sachez que les préparations pour nourrissons demeurent l'option d'alimentation la plus sécuritaire pour les bébés nés de mères séropositives vivant au Canada.**

Le côté émotionnel

L'arrivée d'un bébé est souvent synonyme de joie, mais aussi de stress. Vous ressentez peut-être divers sentiments à l'égard de nombreuses choses, dont la façon appropriée de nourrir votre bébé. C'est normal. Nous vous recommandons de parler à un professionnel de la santé ou à un intervenant de soutien digne de confiance ou encore à d'autres mères vivant avec le VIH afin de faire face à tous ces sentiments. Voici quelques sentiments courants à propos de l'alimentation de votre bébé et des idées que vous pouvez mettre en pratique :

- Les gens vous disent-ils que l'allaitement est le meilleur mode d'alimentation ou critiquent-ils les mères qui n'allaitent pas? Les commentaires de ce genre peuvent faire mal. Les gens en question ne prennent pas en compte les nombreuses mères comme vous qui n'allaitent pas. Outre le VIH, il y a d'autres raisons pour lesquelles l'allaitement pourrait ne pas être la meilleure option ou la façon la plus sécuritaire de nourrir son bébé. Il peut être rassurant de savoir qu'il y a de nombreuses mères qui n'allaitent pas.
- Il se peut que vous vous inquiétiez de l'impact que le manque de lait maternel pourrait avoir sur le système immunitaire de votre bébé s'il recevait une préparation pour nourrissons. Ne vous inquiétez pas, le système immunitaire de votre bébé se renforcera avec le temps, peu importe si vous l'allaitiez ou pas.



Il est normal de ressentir plein de choses différentes à l'égard de la façon appropriée de nourrir son bébé. Parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance.

- Certaines mères s'inquiètent de ne pas former de liens affectifs avec leur bébé si elles ne l'allaitent pas. Vous pouvez créer des liens avec votre bébé de nombreuses autres façons. Par exemple, en lui donnant des câlins ou en le caressant, en lui chantant une chanson et en le serrant contre votre peau nue. Répondre aux besoins de son bébé est une

autre façon de créer des liens.

Chaque interaction entre vous et votre bébé est une occasion de créer des liens d'attachement.

Le système immunitaire de votre bébé se renforcera avec le temps, peu importe si vous l'allaitez ou pas.

- Ne pas allaiter peut provoquer un sentiment de tristesse si vous vous inquiétez à

l'idée que la préparation pour nourrissons soit moins

bonne que l'allaitement pour

la santé de votre bébé. D'autres décrivent un sentiment de perte ou de chagrin. Si vous éprouvez ces sentiments, il est important d'en parler à quelqu'un en qui vous avez confiance. Rappelez-vous que la préparation pour nourrissons constitue un substitut sain au lait maternel. La préparation est faite pour répondre aux besoins de votre bébé.

- Avant que votre bébé naisse, c'est une bonne idée d'obtenir des



conseils sur la santé des seins afin que vous sachiez quoi faire lors de votre montée de lait et comment l'arrêter après la naissance de votre bébé. Vous pourriez aussi vous renseigner sur la manière d'utiliser les préparations pour nourrissons. On vous recommande de parler à un professionnel de la santé de la façon la plus sécuritaire d'utiliser les préparations pour nourrissons. Si vous n'êtes pas sûre de savoir comment mélanger la préparation, demandez à en savoir plus sur la préparation prémélangée.

- Certaines mères sont ouvertes à propos de leur statut VIH et à l'aise d'expliquer pourquoi elles utilisent une

préparation pour nourrissons. D'autres mères ont peur que les autres devinent qu'elles ont le VIH si elles utilisent une préparation pour nourrissons. Ceci peut parfois conduire certaines mères à éviter d'autres personnes. Vos amis et votre famille pourraient en effet vous demander pourquoi vous n'allaitez pas. Cela aide d'avoir quelque chose à dire à ces personnes au cas où vous n'êtes

Vous pouvez créer des liens avec votre bébé de nombreuses façons.

pas à l'aise de parler de votre statut VIH. La liste «Raisons de l'utilisation d'une préparation pour nourrissons» (à droite) donne certaines raisons expliquant pourquoi les femmes n'allaitent pas. Il serait peut-être utile de parler de cette question avec un professionnel de la santé ou un intervenant de soutien digne de confiance ou avec une autre mère vivant avec le VIH. Nous vous recommandons de donner la même raison à tout le monde pour éviter la confusion, tant pour vous que pour les autres. Il est important que vous vous sentiez à l'aise de donner la raison que vous avez choisie aux autres.

Les gens vous diront peut-être des choses insensibles. Vous n'y pourrez rien, mais le fait d'y être préparé peut vous aider à gérer votre réaction.

- Les gens vous diront peut-être des choses insensibles au sujet de l'alimentation de votre bébé. Même des professionnels qualifiés peuvent oublier pourquoi vous donnez une préparation pour nourrissons à votre bébé. Bien qu'il ne soit pas possible d'empêcher ce genre de chose, le fait d'y être préparé peut parfois vous aider à composer avec vos sentiments sur le coup.

Raisons de l'utilisation d'une préparation pour nourrissons

J'ai choisi le biberon parce que cela permet à d'autres personnes de nourrir mon bébé et de créer des liens d'attachement avec lui.

Mon bébé s'accrochait mal au sein.

Je ne produisais pas assez de lait pour répondre aux besoins de mon bébé.

Mon médecin m'a conseillé d'utiliser une préparation pour nourrissons parce que mon bébé ne prenait pas de poids.

J'ai décidé de ne pas allaiter. Je préfère donner le biberon.

Après l'accouchement, il a fallu que je prenne un médicament qui rendait l'allaitement non sécuritaire pour mon bébé.

Mon bébé a de la difficulté à téter.

Si vous suivez la recommandation de donner une préparation pour nourrissons à votre bébé, vous n'aurez rien à craindre de la loi.



Questions d'ordre juridique

La plupart des mères séropositives ne seront jamais confrontées au système juridique, mais vous pourriez avoir des questions. Le plus important est de savoir que, si vous suivez la recommandation de donner une préparation pour nourrissons à votre bébé, vous n'aurez rien à craindre de la loi. En ce qui concerne les autres situations, **les lois ne sont pas toujours claires**. Voici ce que les experts juridiques canadiens nous en disent :

- Si une mère vivant avec le VIH au Canada décide d'allaiter son bébé, deux choses pourraient arriver :
 1. les services de protection de l'enfance pourraient intervenir ou
 2. la mère pourrait se voir accusée d'un crime. Ces situations pourraient se produire parce que l'allaitement est déconseillé et pourrait mettre la santé du bébé à risque.
- Si une mère vivant avec le VIH au Canada allaite son bébé et le dit à quelqu'un d'autre ou si une autre personne le découvre, les experts recommandent de ne pas la dénoncer automatiquement aux services de protection de l'enfance ou à la police. Chaque cas devrait être traité en tenant compte des faits de la situation. La raison qui a poussé la mère à allaiter doit être identifiée.

La loi pourrait changer. Pour obtenir les renseignements les plus à jour, communiquez avec le Réseau juridique canadien VIH/sida à www.aidslaw.ca



Obtenir de l'aide

Il existe des ressources sur l'alimentation du nourrisson destinées aux mères vivant avec le VIH au Canada. Vous avez peut-être d'autres questions. Il vaut mieux parler à votre professionnel de la santé, à un intervenant de soutien ou à une personne de votre organisme de santé communautaire au sujet des services et soutiens à votre disposition.

Votre organisme local de santé communautaire pourrait offrir des services spécifiques aux personnes vivant avec le VIH. Certains organismes se consacrent à servir les personnes vivant avec le VIH. Certains organismes ont des programmes et des groupes de soutien destinés spécifiquement aux femmes et aux mères vivant avec le VIH. Ceux-ci pourraient vous offrir l'occasion de parler à d'autres mères de leurs sentiments et de leurs expériences à l'égard de l'alimentation du bébé. Si aucun groupe de soutien par les pairs n'existe dans votre communauté, songez à en fonder un avec le soutien de votre organisme local.

Pour trouver un organisme de santé communautaire dans votre localité, visitez www.vih411.ca ou appelez CATIE au 1-800-263-1638.

Programmes de distribution gratuite de préparations pour nourrissons

La liste suivante contient les coordonnées des programmes canadiens offrant gratuitement des préparations pour nourrissons aux mères vivant avec le VIH. Vous pouvez aussi contacter votre équipe médicale, un intervenant de soutien ou votre organisme de santé communautaire pour obtenir des renseignements à jour sur les programmes offrant gratuitement des préparations pour nourrissons.

Colombie-Britannique

Oak Tree Clinic, B.C. Women's Hospital and Health Centre :
604-875-2212

Alberta

Northern Alberta Program, University of Alberta :
780-407-1852

Northern Alberta Program, Royal Alexandra Satellite Clinic :
780-735-4811

Southern Alberta HIV Program, Sheldon M. Chumir Health Centre :
403-955-6399

Saskatchewan

Saskatchewan Infant Formula Program :
contact@HIVPLT.ca

Manitoba

Nine Circles Community Health Centre : Winnipeg Regional Health Authority :
204-940-6000

Ontario

The Teresa Group, Provincial Baby Formula Program :
416-596-7703

Autres provinces et territoires

Au moment de mettre sous presse, le Québec, le Nouveau-Brunswick, la Nouvelle-Écosse et Terre-Neuve-et-Labrador n'offraient pas de programmes de distribution gratuite de préparations pour nourrissons. Aucun renseignement à ce sujet n'était disponible pour le Yukon, les Territoires-du-Nord-Ouest, le Nunavut ou l'Île-du-Prince-Édouard. Veuillez communiquer avec votre professionnel de la santé pour obtenir les renseignements les plus à jour.



The Teresa Group soutient les enfants et les familles infectés et affectés par le VIH et le sida depuis 1990. Nos programmes d'assistance pratique cherchent à alléger le fardeau que les désavantages économiques peuvent faire peser sur les familles, alors que nos programmes de soutien émotionnel visent à fournir un continuum de soins, d'interventions thérapeutiques et d'éducation aux familles dès la phase prénatale jusqu'à ce que les enfants atteignent l'âge de dix-huit ans.

www.teresagroup.ca
416-596-7703



CATIE est la source canadienne de renseignements sur le VIH et l'hépatite C. Notre but est de partager les connaissances, les ressources et l'expertise avec les personnes vivant avec le VIH ou l'hépatite C, les communautés à risque, les fournisseurs de soins de santé et les organismes communautaires afin de diminuer la transmission des virus et d'améliorer la qualité de vie.

www.catie.ca
1-800-263-1638

Co-conception : And Also Too
Illustration : Joanna Ławniczak

La production de cette publication a été financée en partie par une subvention à caractère éducatif sans restriction de la Corporation AbbVie. Nous tenons à remercier le Infant Feeding Working Group du IHPREG, les experts médicaux nationaux, les mères et le père séropositifs qui ont participé aux groupes de discussion de Regina, Toronto et Montréal.



N° du Centre de distribution de CATIE : ATI-26512
(also available in English, ATI-26511)

