

L'ALLAITEMENT FAVORISE LE DÉVELOPPEMENT INTELLECTUEL

Un programme dans le cadre duquel les mères étaient encouragées à nourrir leur enfant exclusivement au sein pendant un minimum de quatre mois et à continuer d'allaiter, du moins partiellement, jusqu'à un an a permis d'observer que les enfants ainsi alimentés avaient un QI supérieur. Lorsque ces enfants ont commencé l'école, leurs enseignants ont indiqué que leur aptitude à lire et à écrire était meilleure que celle de leurs pairs.

Ce sont là les conclusions révélatrices auxquelles Michael S. Kramer et ses collègues sont parvenus au terme de sept années de recherche et de trois années d'analyse statistique. Leur étude d'interventions visant à promouvoir l'allaitement maternel, qui s'intitule PROBIT (Promotion of Breastfeeding Intervention Trial), a porté sur 17 046 couples mère-enfant de 31 maternités d'hôpitaux et de cliniques de la République du Bélarus. Il s'agit de l'essai clinique randomisé le plus important jamais réalisé sur l'allaitement.

« L'aspect intéressant de cette recherche est que nous avons trouvé une façon de séparer les effets de l'allaitement des facteurs liés aux différents types de femmes, au milieu et aux influences culturelles », explique Kramer. « Les enfants qui ont été nourris au sein courent moins de risques d'éprouver des difficultés sur le plan intellectuel. »

Les bébés dont les mères avaient participé à un programme conçu pour promouvoir l'allaitement exclusif prolongé (groupe expérimental) ont été comparés à ceux dont les mères n'avaient été influencées d'aucune façon (groupe témoin) à cet égard. Toutes les mères avaient décidé d'allaiter avant le début de l'étude, et les distributions d'âge et de scolarisation étaient presque identiques dans les deux groupes randomisés.

Près de la moitié (43 %) des femmes hospitalisées dans des établissements où le programme était offert avaient choisi de nourrir leur bébé exclusivement au sein jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge de trois mois. Seulement 6 % de celles qui se trouvaient dans des hôpitaux où le programme n'existait pas avaient pris la même décision. Au bout d'un an, environ 20 % des mères du groupe expérimental allaitaient encore, tandis que seulement 11 % des autres continuaient à le faire.

Au total, 13 889 des enfants ont pris part à un suivi jusqu'à l'âge de six ans et demi. Les enfants ont été examinés par un pédiatre et soumis à des tests visant à mesurer leur quotient intellectuel verbal et de performance lorsqu'ils étaient en âge de le faire. Après leur entrée à l'école, on a demandé à leurs enseignants d'évaluer leurs habiletés en lecture, en écriture et en mathématiques. En moyenne, les enfants du groupe expérimental avaient un QI verbal plus élevé et de meilleures évaluations en lecture et en écriture que ceux du groupe témoin. Ce suivi a été financé par les Instituts de recherche en santé du Canada.

« Cette recherche est d'une grande importance, car il s'agit de la première étude randomisée de ce genre », souligne Suzanne Dionne, un médecin de Granby, Québec, souvent appelée à aider les mères qui n'arrivent pas à allaiter leur nourrisson. « Les études sur lesquelles nous nous appuyons dans le passé étaient toutes de type observationnel, elles n'étaient donc pas aussi fiables. Celle-ci nous sera utile pour les programmes destinés aux familles et devrait être prise en compte dans la formation des médecins. »

La recherche ne permet toutefois pas de déterminer lequel des trois avantages de l'allaitement, c'est-à-dire le lait maternel en soi, le contact peau-à-peau ou l'échange verbal entre la mère et son bébé, a la plus forte incidence sur le développement cognitif de l'enfant. « Une femme sur quatre éprouve des difficultés à allaiter au début », explique Dionne. « La femme qui nourrit son enfant au sein pendant les trois premiers mois peut facilement continuer à le faire jusqu'à six mois; j'utilise donc les résultats de ces travaux pour



« Les enfants qui ont été nourris au sein courent moins de risques d'éprouver des difficultés sur le plan intellectuel. »

l'y encourager. Aux mères qui éprouvent vraiment beaucoup de difficulté et qui veulent mettre fin à l'allaitement, je dis qu'elles le peuvent et qu'elles passent à la préparation pour nourrissons s'il le faut, mais j'insiste pour qu'elles continuent à tenir l'enfant contre leur peau nue et à lui parler comme si elles l'allaitaient. »

PAR TRACEY ARIAL