

## Covid-19 et allaitement : quelles recommandations ?

En cette période de Covid-19, de nombreuses questions se posent pour les jeunes mamans qui donnent le sein. Peut-on continuer à allaiter son bébé si on est infectée ? Quelles précautions prendre ? Le point avec le Dr Tiphaine Beillat, Gynécologue obstétricien.



### Covid-19 et allaitement : quels risques de transmission ?

Pour l'heure, **aucune étude n'a révélé des cas de transmission du SARS-CoV-2 par le lait maternel**. Dans un communiqué du 30 mars 2020, le syndicat national des gynécologues obstétriciens de France (SYNGOF) et le collège national des gynécologues obstétriciens de France (CNGOF) se voulaient déjà rassurants à ce sujet : *"les données scientifiques dont nous disposons montrent qu'il n'y a pas de risque de transmission du virus in utero ni à la naissance et qu'il n'y a pas de passage du virus dans le lait*. Le risque de transmission est à craindre

*après la naissance par les mains ou par la respiration". Des informations confirmées par l'Académie Nationale de Médecine dans un communiqué publié le 8 septembre dernier, afin de répondre aux questions que les jeunes mamans se posent à propos de **l'allaitement**. La société savante rappelle les **bénéfices de l'allaitement maternel** qui, au-delà de ses avantages nutritionnels et immunitaires pour le nouveau-né, est primordial pour la relation mère-enfant. De son côté, **l'OMS recommande de poursuivre l'allaitement même si la jeune maman est positive au Covid-19** et ne porte pas de masque, rappelant que *"l'allaitement réduit incontestablement la mortalité des nouveau-nés et des nourrissons et présente de nombreux avantages, qui perdurent toute la vie, pour la santé et le développement cérébral de l'enfant"*.*

### **Covid-19 et allaitement : les anticorps protègent bébé**

Autrement dit, **allaiter son bébé lorsque l'on est infectée par la Covid-19 n'est pas dangereux** et les bénéfices du lait maternel ne sont pas amoindris, bien au contraire. *"Si la mère a été infectée par le SARS-CoV-2 au troisième trimestre de grossesse et qu'elle est guérie au moment de l'accouchement, il n'y a pas de contre-indications à l'allaitement*, indique le Dr Tiphaine Beillat, gynécologue-obstétricien, membre de la Fédération Nationale des Collèges de Gynécologie médicale (FNCGM). C'est même recommandé car, comme pour beaucoup de maladies infectieuses, **les anticorps passent dans le lait maternel, protègent le bébé et boostent ses défenses immunitaires**. Même si, pour le moment, nous n'avons pas de données fondées, ce sont des opinions d'experts, de pédiatres et d'obstétriciens", précise l'experte.

### **Covid-19 positif et allaitement : que faire ?**

**Si la mère est atteinte de la Covid-19 au moment de l'allaitement**, elle peut continuer à nourrir son bébé au sein, à condition de bien respecter les mesures barrières. *"Selon les dernières recommandations de l'Académie Nationale de Médecine, l'allaitement doit être poursuivi, sous réserve que la jeune maman soit asymptomatique ou pauci-symptomatique, c'est-à-dire qu'elle n'ait pas beaucoup de symptômes*, explique la gynécologue-obstétricienne. *Elle doit, en revanche, à tout prix respecter les gestes barrières :*

- porter un masque chirurgical,
- lavage des mains avant de prendre son bébé pour le mettre au sein,
- nettoyage des mamelons,
- désinfection des mains après chaque tétée

Et si vous êtes trop malade pour pouvoir allaiter votre enfant, l'OMS vous invite à trouver du soutien pour que vous puissiez allaiter votre enfant en toute sécurité, **soit en tirant votre lait, soit en ayant recours à celui d'une donneuse.** *"S'il vous est impossible d'exprimer votre lait ou d'utiliser le lait maternel d'une donneuse, envisager de recourir à une nourrice (une autre femme allaite l'enfant) ou à une préparation pour nourrissons, en prenant les mesures nécessaires pour garantir la faisabilité, la bonne préparation, la sécurité et la pérennité de cette solution"*, peut-on lire dans ses questions-réponses sur la **Covid-19 et l'allaitement.**

### **Dans quels cas interrompre l'allaitement ?**

L'Académie Nationale de Médecine encourage les jeunes mamans à ne jamais interrompre l'allaitement et ce, même si elles prennent du paracétamol. Selon la société savante, c'est d'ailleurs le seul médicament justifié chez une mère présentant une forme asymptomatique ou pauci-symptomatique (très peu de symptômes) de la Covid-19. *"Pour une posologie conventionnelle, les concentrations ingérées par l'enfant sont d'environ 0,1% de la dose ingérée par la mère, ne présentent donc aucun danger et ne nécessitent pas d'interrompre l'allaitement"*, précise-t-elle dans un communiqué publié le 8 septembre 2020. L'enfant ne doit donc en aucun cas être séparé de sa mère. **"Le seul traitement médicamenteux qui autorise la poursuite de l'allaitement est le paracétamol"**, insiste le Dr Tiphaine Beillat.

### **Covid-19 et allaitement au travail : peut-on tirer son lait ?**

En l'état actuel des choses, aucune recommandation n'a été formulée à ce sujet. Les règles concernant **l'allaitement au travail** restent donc les mêmes qu'en dehors de période épidémique. À savoir qu'**une femme a le droit d'allaiter son bébé durant ses heures de travail** à raison d'une heure par jour réparties en 30 minutes le matin et 30 minutes l'après-midi. Il semble cependant primordial de respecter des mesures strictes de protection vis-à-vis de son bébé en se lavant soigneusement les mains avant et après chaque tétée.

**Julie Giorgetta**