

"Aucun parent ne peut trouver le chemin de la paix à la place de son enfant"

Le **docteur Pilliot** est un homme engagé. Depuis toujours il remet en cause les gestes médicaux dénués de sens autour de la naissance et rappelle avec force l'importance de ne pas séparer mère et enfant dans ce moment précis.

Il accompagne les nouveaux parents avec simplicité, profondeur et toute sa confiance en eux.

Président de la **CofAM**, pédiatre depuis 27 ans, Marc Pilliot exerce à Roubaix en maternité "amie des bébés". Également très impliqué dans l'existence de l'association "**L'ENVOL**" il n'en continue pas moins de prendre du temps pour se former, cette fois afin d'être consultant en lactation.

Nous le remercions d'avoir su trouver quelques heures pour transmettre aux lecteurs de "L'enfant et la vie" une expérience qui signe sa vocation de pédiatre "ami des bébés".



Docteur Pilliot

Les parents arrivent donc à l'instant de la naissance avec un manque de confiance qui entraîne des peurs et conduira, par exemple, à vouloir une péridurale en dépit du bon sens, sans avoir compris qu'un accouchement se prépare dans la tête et le corps et non par un excès de techniques médicales.

L'inquiétude des parents tourne donc autour de cette question existentielle : "Comment je fais pour me débrouiller avec ce qui vient "de mes tripes", alors que j'ai lu, entendu autre chose. Qu'est-ce qui est vrai ?" Interrogation d'autant plus prégnante que l'on est dans une culture du perfectionnement où il y a toujours un respon-

sable, où il faut toujours "faire quelque chose", sans comprendre qu'il s'agit seulement "d'être là" avec ses propres valeurs et de la confiance en soi pour transmettre cette confiance à l'enfant.

Après la seconde guerre mondiale tout un courant de la psychanalyse Freudienne a culpabilisé les mères en leur faisant croire que c'est de leur faute lorsque cela va mal, alors qu'il est normal d'être perturbée lorsqu'on a un bébé perturbant. Le bébé est d'autant plus perturbant qu'il est éloigné de ce qu'avait imaginé les parents. Par ailleurs, certains parents peuvent avoir des comportements déphasés lorsque des auteurs connus lancent des diktats largement médiatisés à partir de leurs observations personnelles en cabinet !

Chacun ayant été enfant, il faut aller rechercher à l'intérieur de soi sa propre réponse

La réponse à la question des parents "Suis-je à la hauteur ?" est de faire prendre conscience que la relation avec un enfant qui est le sien se passe essentiellement dans "l'humain" et c'est à inventer à chaque fois, même au sein d'une même famille.

N'est-il pas surprenant de voir à quel point, quand on vient d'avoir un enfant, des histoires et des chansons reviennent à notre esprit de parents alors qu'en tant que célibataires quelques années auparavant nous aurions été incapables de les retrouver ?

La médecine actuelle ne conçoit que le somatique dans l'être humain, alors qu'au moment de la naissance on est dans une relation fortement émotionnelle mais aussi une relation spirituelle à la vie, au monde et à tout ce que l'on cache de profond en soi. Tout le travail du pédiatre consiste à libérer ces énergies-là pour que les gens les retrouvent à l'intérieur d'eux-mêmes et les expriment. On voit alors des femmes, des hommes s'épanouir à travers la relation à leur enfant, prendre conscience de beaucoup de choses qui sont d'ordre philosophique, spirituel ou simplement "humain", comme la connaissance de soi, la maîtrise de ses émotions. C'est très riche.

La question essentielle des parents que je rencontre est : "Suis-je à la hauteur ?"

Le mode de suivi de la grossesse et le moment de l'accouchement déstabilisent les parents : nombreux interdits, multiples examens prescrits par le corps médical. Tout cela a des conséquences : plutôt que de s'estimer bénéfique pour son enfant, la femme enceinte peut se sentir, au contraire dangereuse.

Les deux qualités essentielles du parent :

La patience car il faut prendre le temps d'observer, d'attendre, de laisser les choses évoluer doucement. Un enfant oblige les adultes à évoluer : Une maman qui cherche à garder son rythme d'avant la naissance est complètement crevée et tient difficilement le coup. Une sieste, une détente en début d'après midi

pour recharger les batteries est souvent nécessaire. On a du mal à le vivre dans notre société et pourtant, dans une vie de femme, de couple, cette période avec un bébé ne dure pas si longtemps que cela ; de plus notre espérance de vie s'est allongée.

Le lâcher prise sur des principes, des modèles et un souci de perfection que la vie n'offre jamais. Beaucoup de choses que nous impose la vie en Occident ne sont en phase ni avec notre propre rythme physiologique, ni avec celui du bébé. Savoir faire des concessions entre la réalité et ses propres rêves, entre nos discours intérieurs et l'enfant qui vient nous titiller avec sa personnalité, ses désirs, ses bêtises. C'est une aptitude qu'il faut parfois véritablement reconstruire avec des gens qui ont tout ce qu'il faut pour bien penser et qui sont pourtant démunis, tellement on leur a retiré la possibilité de prendre leur vie, leur corps en charge en leur donnant des façons de faire "autorisées".



Le sommeil

Chez l'enfant, le besoin de dormir est comme le passage d'un train : il arrive à un moment précis et, si on ne couche pas le bébé à ce moment là, le cerveau sécrète une substance qui a pour effet de le tenir éveillé. Dès le début il faut donc percevoir les rythmes physiologiques du bébé, les moments où il a besoin de dormir et s'y adapter chaque fois que possible.

Les coliques

(La diversification avant six mois expose au risque d'allergies.)

Pendant les cinq/six premiers mois, n'offrir que du lait maternel si possible ou artificiel si la maman ne choisit pas l'allaitement.



Les pleurs mal expliqués sont souvent appelés "coliques". Il est vrai que les laits artificiels donnent souvent des difficultés de digestion, mais l'allaitement maternel mal

guidé aussi : On entend encore dire qu'il faut "nourrir toutes les trois heures, dix minutes à chaque sein", c'est un bon moyen pour rater l'allaitement. Pourquoi ? Au moment où le bébé tète, la glande mammaire fabrique en même temps les sucres, les protéines et les graisses. Celles-ci sont plus compliquées à fabriquer, elles arrivent donc en fin de tétée. Si les tétées sont trop brèves ou si la maman a une forte abondance de lait, le bébé n'aura pas le temps de recevoir les graisses du lait, il ingèrera trop de sucres et il aura des coliques.

Le fait d'expliquer cette physiologie permet à la maman de comprendre qu'il faut mettre le bébé au sein un peu plus longtemps pour aller jusqu'au bout de ce que peut donner chaque sein.

Dans les études de médecine générale nous avons actuellement une heure de cours sur le sujet de l'allaitement Et en spécialité de pédiatrie, pas tellement plus.

Ndlr. D'où l'évidente nécessité, lorsque un médecin ou un proche vous donne un avis, de vérifier qu'il a une expérience durable de l'allaitement et/ou de vous entourer de groupes de soutien à l'allaitement ou d'amis et professionnels de santé ayant allaité personnellement ou côtoyé de près un allaitement exclusif de plusieurs mois.

Recherche du sommeil et pleurs du soir

Le mode d'entrée dans le sommeil est différent pour le nouveau né qui est capable de passer de l'état de veille à l'état de sommeil à la seconde même. Avec les pleurs du soir on est confronté au souci de perfection et au besoin d'agir de notre société alors que ce sont des bébés fatigués qui cherchent un nouveau chemin pour s'endormir. Certains bébés de quelques semaines le trouvent facilement, pas tous. Au delà de trois mois, ils s'endorment comme les plus grands, c'est à dire avec un moment de détente et de relaxation, puis un sommeil léger, puis profond et enfin réparateur.

Mais si on n'arrive pas à calmer l'enfant c'est de la "faute de la mère" ou celle des parents qui ne sont pas à la hauteur comme le dit la psychanalyse ! Cela crée une angoisse phénoménale alors qu'on est dans du physiologique. On le gave, on le berce, on fait le tour du pâté de maison et dans toutes ces situations on n'arrête pas de le stimuler alors qu'il faudrait le laisser tranquille. C'est difficile de laisser pleurer un enfant sans rien faire. S'assurer qu'on l'a nourri, bercé, changé, qu'il n'a pas trop chaud et accepter d'être imparfait, de n'avoir pas d'autre réponse à donner à notre enfant. La solution est de le prendre sur soi, peau à peau quand c'est possible, on ne peut pas donner plus rassurant, on ne peut pas le remettre dans l'utérus ! Alors le bébé se calme car les parents arrêtent de réagir et de le stimuler.

Une fois qu'on l'a pris dans la pénombre : ni bruit, ni caresse, ni balancement, le bébé va gesticuler un peu. Il faut que le parent comprenne qu'il n'y a que l'enfant qui peut trouver son chemin d'apaisement. C'est parfois très douloureux pour une mère d'accepter que cet enfant est un autre et qu'elle ne peut pas toujours sentir ce dont il a besoin. C'est grâce à l'acceptation de cette imperfection que l'enfant va pouvoir progresser car ils seront alors en relation avec le bébé de façon plus sereine pour l'aider à apprendre à se calmer par lui-même.

Les pleurs obligent les parents à se confronter essentiellement à leur imperfection

Dès les premiers mois, l'enfant perçoit si le parent n'ose pas lui dire non. Un enfant, c'est comme un miroir qui nous renvoie nos qualités, mais aussi nos faiblesses, et qui fait évoluer. C'est aux parents de trouver leur voie en faisant une réflexion sur eux-mêmes. Ce n'est pas facile et pourtant on recommence car il y a dans cette relation-là quelque chose d'éminemment riche et profond... pour peu qu'on y fasse attention.

Au moment de la naissance, ne séparons pas la mère et l'enfant

Nous avons une médecine qui considère certains "gestes techniques" comme étant incontournables, alors que l'on devrait plutôt se questionner sur les "gestes affectifs" incontournables ? L'unique protocole lors de la naissance devrait être de laisser le nouveau né sur le ventre de sa mère au moins une heure. Chez les mammifères il est redoutable de séparer les petits de leur mère dans les heures qui suivent la naissance. Et on ne s'approche pas d'une chatte ou d'une biche qui met bas alors qu'on n'arrête pas d'agir avec les humains.

A la différence du mammifère, ce qu'il y a de formidable chez l'humain, c'est qu'il est capable de s'adapter même quand il y a eu séparation. Si la maman est bien équilibrée, ils pourront récupérer tous deux. Mais si c'est une femme qui a eu une enfance difficile, si elle est abandonnée par son conjoint, si elle s'est toujours perçue comme "nulle", elle se sentira, de par son histoire, "mauvaise". En lui supprimant ce moment de rencontre à la naissance, on lui crée des difficultés supplémentaires et on fait mal notre boulot de soignants.

A Roubaix il y a une forte population indigente, qui a vécu des choses difficiles et beaucoup de problèmes psychosociaux. En facilitant une naissance émotionnelle, affective, nous avons une action phénoménale de prévention de la maltraitance : amélioration du lien mère enfant, et aussi du taux et de la durée de l'allaitement. De nombreux travaux scientifiques à l'étranger montrent bien que cela diminue aussi les abandons.

Dans les heures qui suivent la naissance, laissons-les tranquilles

Beaucoup de choses se passent sur le plan sensoriel : le bébé suce son poing, y lèche le liquide amniotique qui lui permet de retrouver son odeur, ouvre les yeux et entre en relation avec sa mère, son père qui cherchent son regard d'une intensité impressionnante. La maman, le plus souvent, enveloppe le bébé de ses mains, le père met une main sur le dos de l'enfant. Le bébé retrouve ainsi la chaleur, les odeurs de sa maman. Il reconnaît la voix des parents dans ces visages qui parlent, est attiré par leur regard et les contrastes de couleur comme le mamelon foncé qu'il perçoit et qu'il sent, l'odeur ressemble à celle du liquide amniotique qu'il connaît déjà.

Après un moment d'apaisement il va commencer à ramper, se pousser avec les pieds, lever la tête et prendre le sein, tout cela peut durer une heure. Rompre ce processus par une séparation, c'est se priver d'un processus physiologique psychoaffectif extrêmement riche. Et pour que tout cela puisse s'exprimer, laissons-les tranquilles.

Dans les premières 48/72 heures on le préserve entre le passage de la vie utérine et le monde extérieur. Il s'agit dans cette période de le garder "peau contre peau", ne pas le laisser pleurer, le nourrir à volonté dès qu'il se manifeste, ne pas le baigner, nettoyer juste visage et fesses. Tout cela pour ne pas le refroidir et éviter les pertes de calories. Ainsi nous n'avons pratiquement plus jamais d'hypoglycémie ni d'hypothermie.

On attend qu'il ait repris du poids, qu'il se soit adapté au monde extérieur, alors on peut le laver, ne plus trop le couvrir, etc...

Il faut savoir réfléchir à la physiologie spécifique du nouveau né et aux gestes que l'on fait en trop

Lorsque l'accouchement est normal, les choses fondamentales ne sont pas le poids, la taille, le tour de tête, l'Apgar, les soins du cordon, les soins oculaires (inutiles sauf infection visible), l'aspiration. Même s'il est essentiel de faire une partie de l'examen à l'issue de la surveillance en salle d'accouchement et une autre partie dans les 24 heures, beaucoup de travaux notamment australiens et anglo-saxons montrent que ces gestes sont délétères, perturbant le rythme cardiaque, les constantes respiratoires, et créant une désaturation d'oxygène (baisse d'oxygène dans le sang). Ces études scientifiques ne sont pas diffusées en France !

Il en est de même pour la surveillance de la glycémie. Il y a en France une "hypoglycémie phobie" ou "dextromania" qui ne prend pas en compte la capacité qu'a le nouveau né bien portant d'utiliser l'énergie à l'intérieur même de son cerveau pour maintenir son taux de glycémie. Les dextros (piqûre au talon pour prélever et analyser une goutte de sang) chez un bébé à terme et bien portant sont incongrus et agressifs. Et chez les bébés à risque il faut pouvoir les stopper le plus vite possible.

Le rôle du soignant est d'agir avec les mains dans le dos

La technique médicale doit rester dans les coulisses, prête à tirer le rideau. Dans 10% des cas cela peut se passer difficilement, là est la justification de notre existence et de notre action. Certains bébés peuvent faire des pauses respiratoires trop longues, parfois du fait des médicaments pendant le travail.

Nous avons récemment un bébé prématuré avec un contexte infectieux, l'enfant avait visiblement des besoins d'oxygène qui augmentaient dans sa première heure de vie ; on a aussitôt commencé un traitement antibiotique en attendant que le Samu l'emène en service de soins intensifs, et il s'est stabilisé. La maman nous faisait la "politique du disque rayé" en reposant toujours la même question : "Est-ce qu'on ne peut pas le mettre au sein ?" Finalement, nous avons fini par l'y mettre en scotchant le tuyau d'oxygène sur le bord du sein. Contre sa maman il a pu téter un peu et on

s'est aperçu que le taux d'oxygène dans le sang s'améliorait. On est ainsi revenu à la situation physiologique au plus grand bénéfice du bébé et de la maman.

L'essentiel est de laisser dès que possible toute son intimité à cette famille car ce n'est pas seulement un bébé qui vient de naître, c'est aussi un papa, une maman, une famille.

En tant que soignant, je n'ai rien à faire d'autre que de donner cette possibilité d'établir une relation -plus ou moins riche selon les personnes- mais qui vient d'eux. C'est un moment fondateur qui donne tout un autre sens à leur vie.

Propos recueillis par OA pour L'enfant et la vie. ■



Notre association "L'ENVOL" favorise tout ce qui peut améliorer l'accueil médical et "humaniste" du nouveau-né et du nourrisson

L'envol
40, rue du Docteur Leplat 59150 WATTRELOS
☎ 03 20 75 10 49 - ✉ association-lenvol@wanadoo.fr
🌐 <http://site.voila.fr/assoslenvol>

Il y a 19 ans des professionnels de santé du nord ont créé L'ENVOL afin d'améliorer l'accueil à la naissance en remettant en cause certains gestes de la naissance. Le label "hôpital ami des bébés" créé par l'OMS et l'Unicef en 1992 a été le modèle à atteindre et ils ont agi en ce sens. "Maintenant que l'on a acquis une certaine excellence on peut encore l'améliorer. Tout cela apporte un bonheur immense aux parents, au bébé (allaité ou pas) et aux professionnels. Car c'est aussi être ami avec les parents et être ami entre nous, les professionnels, sans hiérarchie, chacun ayant un rôle important à jouer". Extrait de leur site

Pour être reconnue "Ami des Bébé" par l'UNICEF et l'OMS, une maternité doit satisfaire aux dix conditions suivantes :

1. Adopter une politique d'allaitement maternel formulée par écrit.
2. Donner à tous les membres du personnel soignant les compétences nécessaires pour mettre en oeuvre cette politique.
3. Informer toutes les femmes enceintes des avantages de l'allaitement maternel.
4. Aider les mères à commencer d'allaiter leur enfant dans la demi-heure suivant la naissance.
5. Indiquer aux mères comment pratiquer l'allaitement au sein.
6. Ne donner aux nouveau-nés aucun aliment ni aucune boisson autre que le lait maternel, sauf indication médicale.
7. Laisser l'enfant avec sa mère 24h par jour.
8. Encourager l'allaitement au sein à la demande de l'enfant.
9. Ne donner aux enfants nourris au sein aucune tétine artificielle ou sucette.
10. Encourager la constitution d'associations de soutien à l'allaitement maternel et leur adresser les mères dès leur sortie de l'hôpital ou de la clinique.

Enfin la maternité ne doit pas recevoir de fonds de la part de l'industrie alimentaire infantile.

Pour info. Le label "maternité amie des bébés" est remis en cause tous les cinq ans. Actuellement une dizaine de maternités sont sur le chemin du label.

La Coordination Française pour l'Allaitement Maternel

(CofAM) est née en 1999 autour de la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel en septembre) L'action de la CofAM s'appuie sur des propositions concrètes pour promouvoir l'allaitement. La CofAM a organisé cette année deux journées d'information et deux séminaires (18 personnes) pour des professionnels qui ont déjà une formation assez solide sur l'allaitement et le désir d'évoluer vers le label "amis des bébés".
🌐 www.coordination-allaitement.org



Maman est allée à la "matinité" ... !
Bébé aussi ... !
Papa aussi ... !