



# L'ALLAITEMENT AU PRISME DE LA DIVERSITÉ SEXUELLE ET DE LA PLURALITÉ DES GENRES : SYNTHÈSE DES CONNAISSANCES ET DES RECOMMANDATIONS À L'INTENTION DES PROFESSIONNEL·LES

- ▮ Pour consulter la [synthèse complète et les recommandations détaillées](#)
- ▮ Pour consulter un [lexique des termes associés à la communauté LGBTQ+](#)

« **Faire famille** » à l'aube du 21<sup>e</sup> siècle se conjugue désormais au pluriel : recomposition familiale, adoption, procréation assistée, famille « choisie » et pluriparentalité sont autant de manières de fonder une famille et de nouer des liens relationnels entre ses membres. Dans ce contexte, de plus en plus de personnes LGBTQ+ concrétisent leurs aspirations familiales et deviennent parents. Les familles homoparentales et transparentales sont toutefois confrontées à plusieurs situations d'adversité et d'exclusion qui peuvent compromettre leur santé et leur bien-être. C'est entre autres le cas pour l'allaitement en période périnatale.

Dans le but de favoriser le bien-être des parents LGBTQ+ et le développement optimal de leurs enfants, il convient d'adapter nos façons de faire dans une perspective d'inclusion et de respect de la diversité.



# MIEUX COMPRENDRE LES TRAJECTOIRES D'ALLAITEMENT DES PARENTS LGBTQ+

1.

## LES MOTIVATIONS POUR ALLAITER

Les parents issus de la communauté LGBTQ+ peuvent vouloir fortement allaiter leur enfant pour des raisons communes aux couples hétérosexuels et aux personnes cisgenres. Cela dit, ces parents peuvent aussi appuyer leur décision d'allaiter leur bébé sur des raisons spécifiques à la communauté LGBTQ+. Voici quelques exemples :

### Raisons communes aux couples hétérosexuels et cisgenres



La proximité et le lien d'attachement avec l'enfant



Le lait humain comme source optimale de nutrition



Les facteurs socio-culturels

### Raisons spécifiques à la communauté LGBTQ+



Affirmer son identité de genre et son identité parentale



Consolider le rôle parental du parent n'ayant pas porté l'enfant et partager l'engagement parental au sein du couple



Donner un sens au corps



Les parents LGBTQ+ peuvent aussi avoir des raisons pour ne pas vouloir allaiter. En effet, l'identité de genre influence par exemple la perception du corps et l'utilisation que l'on veut en faire.

## 2.

## LES BARRIÈRES À L'ALLAITEMENT

Les familles LGBTQ+ sont davantage susceptibles de faire face à des situations d'adversité durant la période périnatale. Entre autres, elles rapportent des barrières d'accès aux services de santé, causant des inégalités sociales de santé et des situations de discrimination et d'injustice.

### Les barrières d'accès



L'utilisation d'un langage et de systèmes non-inclusifs



Le manque de formation des professionnel·les de la santé



Les attitudes et les préjugés des professionnel·les de la santé



Les services inadéquats et les refus de soins



La discrimination, la stigmatisation, l'homophobie et la transphobie



L'effacement et l'exclusion institutionnel·le



### Des exemples

- + La personne qui vit la grossesse étant désignée « mère » ou même « vraie mère »
- + La notion de l'homme enceint comme inintelligible
- + Méconnaissance des enjeux biomédicaux spécifiques aux personnes trans et leurs implications en allaitement
- + Le manque de représentation de la communauté LGBTQ+ dans le matériel éducatif, les bannières, etc.
- + Les blagues et les commentaires déplacés
- + Les questions et examens invasifs et non-nécessaires



Le manque de connaissances et de communication de la part des professionnel·les de la santé au sujet des différentes options d'allaitement limite la prise de décision libre et éclairée des familles et les incitent à chercher de l'information ailleurs. Les personnes LGBTQ+ se voient souvent dans l'obligation d'éduquer elles-mêmes les professionnel·les de la santé.

Le manque de disponibilité de lieux privés pour allaiter ne permet pas toujours de respecter l'affirmation de genre de la personne ou son désir de ne pas dévoiler son identité de genre ou son orientation sexuelle en public.



## Il existe également des barrières à l'allaitement spécifiques au type de famille. Par exemple :



### Les couples de femmes

Confusion de la part des professionnel·les de la santé concernant les rôles parentaux (p. ex. : identifier d'emblée la mère qui allaite comme étant celle qui a porté l'enfant, ou considérer d'emblée que les deux mères souhaitent allaiter)



### Les couples d'hommes

Sentiments d'exclusion et d'aliénation dans les services de santé entourant l'accouchement et les soins néonataux, milieux majoritairement féminins



### Les personnes trans

- Risque d'une production de lait insuffisante ou encore de difficultés à allaiter directement à la poitrine/au torse
- Besoin d'un soutien professionnel spécialisé difficilement accessible
- Méconnaissance des options offertes, entre autres, due au manque de discussion ouverte sur l'allaitement de la part des professionnel·les de la santé
- Stress lié à la dysphorie de genre



Tous ces enjeux spécifiques aux parents LGBTQ+ augmentent, entre autres, leur risque de **problèmes de santé mentale** en période périnatale.





3.

### LES RETOMBÉES

Les familles LGBTQ+ font preuve d'un continuel travail identitaire face aux normes sociales de la famille et de la parentalité, lesquelles sont ancrées dans un modèle hétérocisnormatif. Ce travail mène à la création de rapports au genre et au corps inédits et à l'émergence de nouveaux rôles parentaux, qui ouvrent la porte à de nouvelles possibilités pour les familles en matière d'allaitement (p. ex. : co-allaitement, induction de l'allaitement).



Le vécu de l'allaitement peut être une importante source de bonheur et d'attachement pour les familles LGBTQ+ tout comme pour les familles hétéroparentales et cisparentales. En revanche, lorsqu'insuffisamment d'information est présentée aux familles au moment opportun concernant les options d'allaitement possibles, celles-ci peuvent avoir une impression d'opportunité manquée au regard de la création de liens affectifs parent-enfant (p. ex. : un couple de femmes qui ne connaît pas la possibilité de co-allaitement).



# LES PRATIQUES PROMETTEUSES POUR LES PROFESSIONNEL·LES

## UTILISER UN LANGAGE ET DES SYSTÈMES INCLUSIFS

- Apprendre et mettre en application le vocabulaire pour désigner les diverses orientations sexuelles et les identités de genre, ou encore les pratiques d'allaitement (p. ex. : l'allaitement à la poitrine ou « chestfeeding »)
- Favoriser un langage écrit et des images neutres ou dépeignant une diversité de familles

## S'INFORMER DES PRÉFÉRENCES DES PARENTS

- Éviter de formuler ses propres hypothèses sur le genre ou l'orientation des personnes et plutôt demander aux parents leurs préférences et leurs attentes quant à leurs rôles, à leurs identités et au langage à utiliser pour s'adresser à eux
- Identifier des stratégies pour assurer le transfert d'information à travers les soins et services de même que la communication entre les professionnel·les quant aux préférences des parents

## ADOPTER UNE POSTURE D'HUMILITÉ CULTURELLE

- Prendre une posture continue d'apprentissage, d'ouverture et de réflexion dans les interactions avec les parents LGBTQ+
- Prendre en compte ses biais, ses idées préconçues, ses privilèges et les limites de ses connaissances quant à l'expérience d'autrui

## SURVEILLER LES SYMPTÔMES LIÉS À DES PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE

- Garder l'œil ouvert pour détecter les symptômes, tels que ceux de l'anxiété et de la dépression

## S'ÉDUIQUER SUR LES RÉALITÉS ET LES ENJEUX LGBTQ+

- Développer une base de connaissances au sujet des termes qui sont utilisés par les communautés LGBTQ+, des différentes modalités et trajectoires parentales contemporaines, des enjeux spécifiques aux expériences parentales LGBTQ+ et des options qui s'offrent aux familles quant à l'allaitement et l'alimentation de l'enfant

## DISCUTER OUVERTEMENT DES OPTIONS D'ALIMENTATION DE L'ENFANT

- Avec la permission des parents, ouvrir la discussion sur les manières de nourrir l'enfant et offrir proactivement de l'information sur les options quant à l'allaitement, les alternatives, et les effets des traitements d'affirmation de genre sur l'allaitement (et vice versa), et ce, à plusieurs moments
- Aborder la gestion des attentes et les impacts émotionnels potentiels de l'allaitement (positifs et négatifs)

## INCLURE L'AUTRE PARENT

- Reconnaître, respecter et légitimer l'autre parent dans son rôle (c'est-à-dire le parent qui n'a pas porté l'enfant)
- S'adresser à l'autre parent, l'impliquer dans les soins au bébé et penser à de petits gestes inclusifs

## OFFRIR DES ESPACES ET DES SOINS SÉCURITAIRES ET AFFIRMATIFS

- Offrir des soins qui favorisent et qui normalisent l'affirmation de genre de la personne
- Normaliser les familles LGBTQ+, c'est-à-dire accepter leurs différences et interagir avec elles comme avec n'importe quelle famille
- Protéger l'intimité des familles LGBTQ+ pour lesquelles cela est important en favorisant l'accès à des lieux privés

