Méthode de l'
Allaitement
Maternel et de
l'**A**ménorrhée

Atelier de Formation des Prestataires de Services de la Planification Familiale

CAHIER DU PARTICIPANT

USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

FAM PROJECT
IRH GEORGETOWN UNIVERSITY

Copyright © 2009 Georgetown University, Institute for Reproductive Health (www.irh.org), and Jhpiego (www.jhpiego.org)

Toute partie de *Méthode d'Allaitement Maternel et de l'Aménorrhée (MAMA): Une Référence pour les Prestataires de Services et Formateurs (2009)* peut être reproduite et les extraits peut être cités sans autorisation, donnant que les matériels soient distribués gratuitement et que Georgetown University, Institute for Reproductive Health, est confie comme auteur de toutes copies, reproductions et adaptations de ces matériels.

Veuillez utiliser la citation suivante [*Adapté (ou Reproduite) de*]:

Georgetown University, Institute for Reproductive Health, and Jhpiego. 2009. *Lactational Amenorrhea Method (LAM): A Learning Resource Package for Family Planning Service Providers and Trainers*. Georgetown University: Washington, D.C.

MARQUES: Toute marque et tout nom de produit représentent les marques déposées de leur société respective.

Juin 2009

CAHIER DU PARTICIPANT

INTRODUCTION AU CAHIER DU PARTICIPANT 4
JUSTIFICATION DE L'ATELIER 4
VUE D'ENSEMBLE ET BUT DE L'ATELIER 4
PROGRAMME DE L'ATELIER 5
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE DES PARTICIPANTS 5

AGENDA DE L'ATELIER 6

QUESTIONNAIRE PREALABLE A L'ATELIER 7
EVALUATION DE NIVEAU DE CONNAISSANCES 7

EXERCICES SUR LA MAMA 8
IDENTIFIER LES CRITERES DE MAMA : ETUDES DE CAS (FEUILLE DE REPONSES) 8
PASSER A UN AUTRE METHODE MODERNE DE CONTRACEPTION 11
SCENARIOS PEDAGOGIQUES DU COUNSELING DE MAMA 12

EVALUATION DE CONNAISSANCES POST-ATELIER 14

EVALUATION DE L'ATELIER 16

INTRODUCTION AU CAHIER DU PARTICIPANT

JUSTIFICATION DE L'ATELIER

Dans le monde entier, 50% de grossesses sont des grossesses non souhaitées. Des naissances trop rapprochées ont souvent pour conséquence un risque accru de problèmes de santé du nouveau-né, de l'enfant ou de la mère. Une femme post-partum peut tomber enceinte même pendant qu'elle allaite ou avant la reprise de ses règles—si elle n'utilise pas de contraception, comme la Méthode de l'Allaitement Maternel et l'Aménorrhée (MAMA).

La MAMA est une méthode contraceptive efficace qui est disponible et accessible aux femmes post-partum qui allaite. Elle repose sur des solides preuves scientifiques et pourtant, bien souvent, elle est peu valorisée et sous-utilisée alors même que les femmes présentent toutes les conditions requises pour l'utiliser. C'est le manque de connaissance de MAMA et le manque de compétences pour donner un counseling sur cette méthode de la part des prestataires de la planification familiale qui sont les raisons du manque d'utilisation de cette méthode. Le présent atelier a pour objet de préparer les prestataires de services de planification familiale pour qu'ils soient en mesure d'aider les femmes du post-partum à prendre des décisions en toute connaissance de cause et à démarrer l'utilisation de MAMA si elles la choisissent.

VUE D'ENSEMBLE ET BUT DE L'ATELIER

Le but de cet atelier de 2,5 heures s'agit d'aider les prestataires de services de planification familiale à apprendre comment fournir les services sûrs, efficaces et d'haute qualité sur MAMA aux clientes.

- L'atelier se concentre sur les compétences essentielles nécessaires pour fournir des services MAMA aux femmes post-partum. Les thèmes présentés sont : les caractéristiques de base de MAMA, y compris les avantages et limitations ; les possibilités d'apporter un counseling MAMA ; corriger les idées fausses sur MAMA ; et les principes et pratiques du counseling efficace, y compris le counseling pour les femmes séropositives-VIH.
- Cet atelier n'a pas l'intention de préparer un « conseiller de l'allaitement maternel ». Plutôt, il va préparer un prestataire de services de MAMA qui sait quand référer une cliente à un spécialiste de l'allaitement maternel pour plus de soutien et soins, si besoin est. Le conseiller peut aider les femmes post-partum avec les difficultés communes et sur comment utiliser les pratiques efficaces.
- Parce que les services de MAMA ne sont pas normalement « indépendants » mais plutôt intégrés aux autres services, cet atelier (et son contenu) peut être intégré avec les formations sur les soins prénatals ou post-partum, les soins infantiles ou le planning familial. La formation subséquente peut être nécessaire pour mettre à jour les connaissances des participants sur les méthodes modernes de contraception, par une mise à jour en technologie contraceptive.

PROGRAMME DE L'ATELIER

Objectifs d'apprentissage des participants

A la fin de l'atelier, les participants seront en mesure de :

- Expliquer le mécanisme d'action fondamental et l'efficacité de MAMA
- Décrire la méthode de l'allaitement maternel et de l'aménorrhée (MAMA) et ses critères ainsi que l'utilité de MAMA dans le passage vers une autre méthode moderne
- Décrire l'efficacité de MAMA
- Discuter les avantages de la Planification et Espacement Idéal des Grossesses pour la Santé (PEIGS)
- Indiquer les avantages et les limitations de MAMA
- Identifier le moment correct pour introduire d'autres méthodes clés de contraception auprès de la mère qui allaite
- Décrire les opportunités d'intégrer le counseling de MAMA avec les autres services de santé
- Identifier le contenu de base et l'approche fondamentale du counseling, y compris les supports pédagogiques pour la cliente (spécifiés en bas) et le counseling pour la femme séropositive-VIH

AGENDA DE L'ATELIER

• Introduction à MAMA dans le contexte du planning familial
• Les avantages de la Planification et Espacement Idéal des Grossesses pour la Santé (PEIGS)
• Le mécanisme d'action fondamental de MAMA
• Les critères de MAMA
• L'efficacité de MAMA
• Les avantages et les limitations de MAMA
• Les opportunités d'intégrer les services de MAMA, y compris le passage à une autre méthode moderne
• Le bon moment pour passer à une autre méthode moderne de contraception
• Introduction aux supports pédagogiques pour la cliente : le Guide de Counseling sur MAMA, le Carnet Educatif, et la Liste de Vérification de Counseling
• Les activités de récapitulation

QUESTIONNAIRE PREALABLE A L'ATELIER

EVALUATION DE NIVEAU DE CONNAISSANCES

1.	La Méthode de l'Allaitement Maternel et de l'Aménorrhée (MAMA) est efficace a 80-90%, si elle est utilisée correctement.	
2.	L'allaitement maternel est égal à la MAMA.	
3.	La MAMA ne peut pas être utilisée comme méthode de contraception si la femme a eu un saignement vaginal après les deux premiers mois de post-partum.	
4.	Si la femme n'allaite pas, l'ovulation commence 45 jours post-partum, **en moyenne**, et peut commencer aussi tôt que 21 jours post-partum.	
5.	La plupart de prestataires de services encouragent les femmes à utiliser la MAMA, parce qu'ils savent que c'est une méthode de contraception moderne efficace.	
6.	L'un des avantages d'attendre au moins deux ans avant de tomber enceinte est de réduire la mortalité néonatale, infantile et des enfants de moins de cinq ans.	
7.	Les conseillères pour la MAMA ne doivent pas mentionner le passage vers les autres méthodes de PF avant le cinquième ou sixième mois de post-partum.	
8.	Une femme qui allaite peut utiliser sans risque la pilule à seul progestatif ou le DIU à six semaines du post-partum.	
9.	La mère séropositive-VIH ne doit pas utiliser la MAMA.	
10.	Le counseling pour la MAMA peut être fait au cours des consultations prénatale, post natale, la consultation des enfants sains, et les visites communautaires.	

EXERCICES SUR LA MAMA

IDENTIFIER LES CRITERES DE MAMA : ETUDES DE CAS

1. Marianne est la mère d'un bébé de trois mois. Elle allaite son bébé exclusivement et ses règles sont déjà reparties.

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

2. Marie a un bébé de quatre mois et ses règles ne sont pas encore reparties. Elle allaite son bébé exclusivement au sein. Récemment, elle quitte la maison pendant trois heures chaque jour pour faire le linge. Pendant son absence, le bébé reste avec sa grand-mère.

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

   Q. Selon l'information fournie, y a-t-il une raison qui suggère qu'elle doit passer à une autre méthode plus tôt au lieu de plus tard ? Que serait votre recommandation?

3. Pénélope, une mère d'une fille de deux semaines, se présente à votre clinique. Elle allaite son bébé exclusivement et elle a du saignement vaginal.

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

4. Patricia a un fils de deux mois. Ses règles ne sont pas encore reparties. Elle allaite son bébé et lui donne aussi deux ou trois cuillères de l'eau sucrée quelques fois par jour—pour lui calmer quand il pleure.

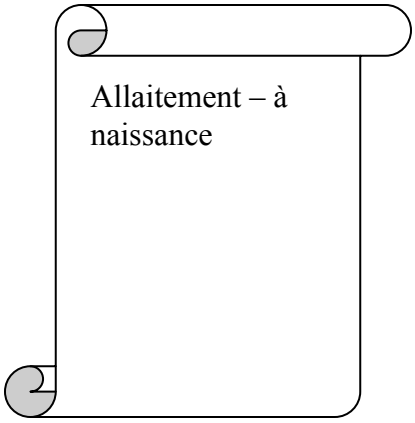
   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

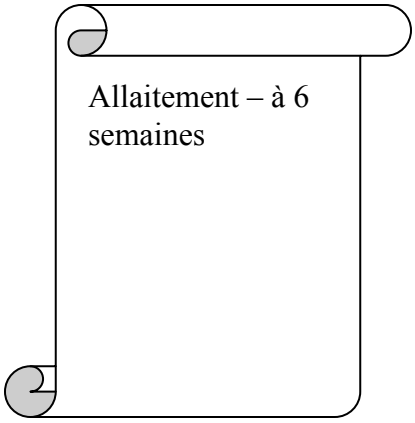
5. Stéphanie se présente à votre clinique pour une évaluation de six mois du post-partum. Elle allaite son bébé exclusivement et ses règles ne sont pas encore reparties.

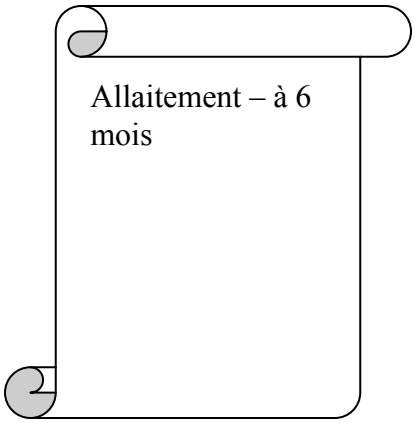
   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

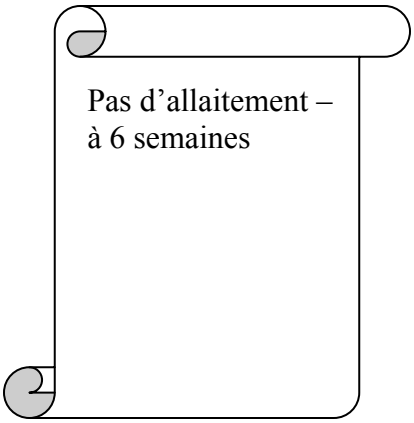
Exercice One: Etudes de Cas du Passage

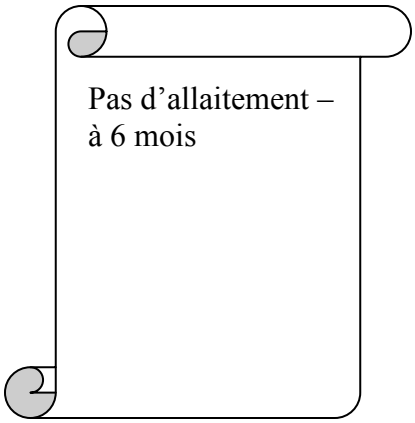
Vignettes du Tableau à Feuilles :











Exercice Deux : Etudes de Cas du Passage

1. Marie a un bébé de quatre mois qu'elle allaite exclusivement et elle utilise MAMA pour éviter une grossesse. La semaine dernière, elle a eu de nouveau ses règles et elle ne sait pas quelle serait la meilleure méthode de planification familiale pour elle pendant qu'elle continue d'allaiter son bébé. On lui a dit que les méthodes de planification familiale ne sont pas bonnes pour le lait.

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

   Q. Selon l'information fournie, quelles méthodes seraient appropriées pour elle en ce moment et/ou que type de counseling donneriez-vous ?

2. Fatou n'a donné que du lait maternel à son fils pendant 6 mois et elle pense que l'allaitement maternel continuera à la protéger pendant plus longtemps encore jusqu'à ce que ses règles se répartissent.

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

   Q. Selon l'information fournie, quelles méthodes seraient appropriées pour elle en ce moment et/ou que type de counseling donneriez-vous ?

3. Céline a un bébé de deux semaines et elle utilise MAMA. Elle rentre au travail et ne compte pas d'allaiter son bébé exclusivement.

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

   Q. Selon l'information fournie, quelles méthodes seraient appropriées pour elle en ce moment et/ou que type de counseling donneriez-vous ?

4. Simone est la mère de trois enfants et son bébé a trois mois. Elle pense qu'elle utilise MAMA comme méthode pour espacer les naissances mais elle a commencé à donner le biberon avec du lait commercial à son bébé quand il avait deux mois. Ses règles ne sont pas encore réparties. Ce n'est pas trop clair pour elle. Elle se demande pendant combien de temps elle sera encore protégée.

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

   Q. Selon l'information fournie, quelles méthodes seraient appropriées pour elle en ce moment et/ou que type de counseling donneriez-vous ?

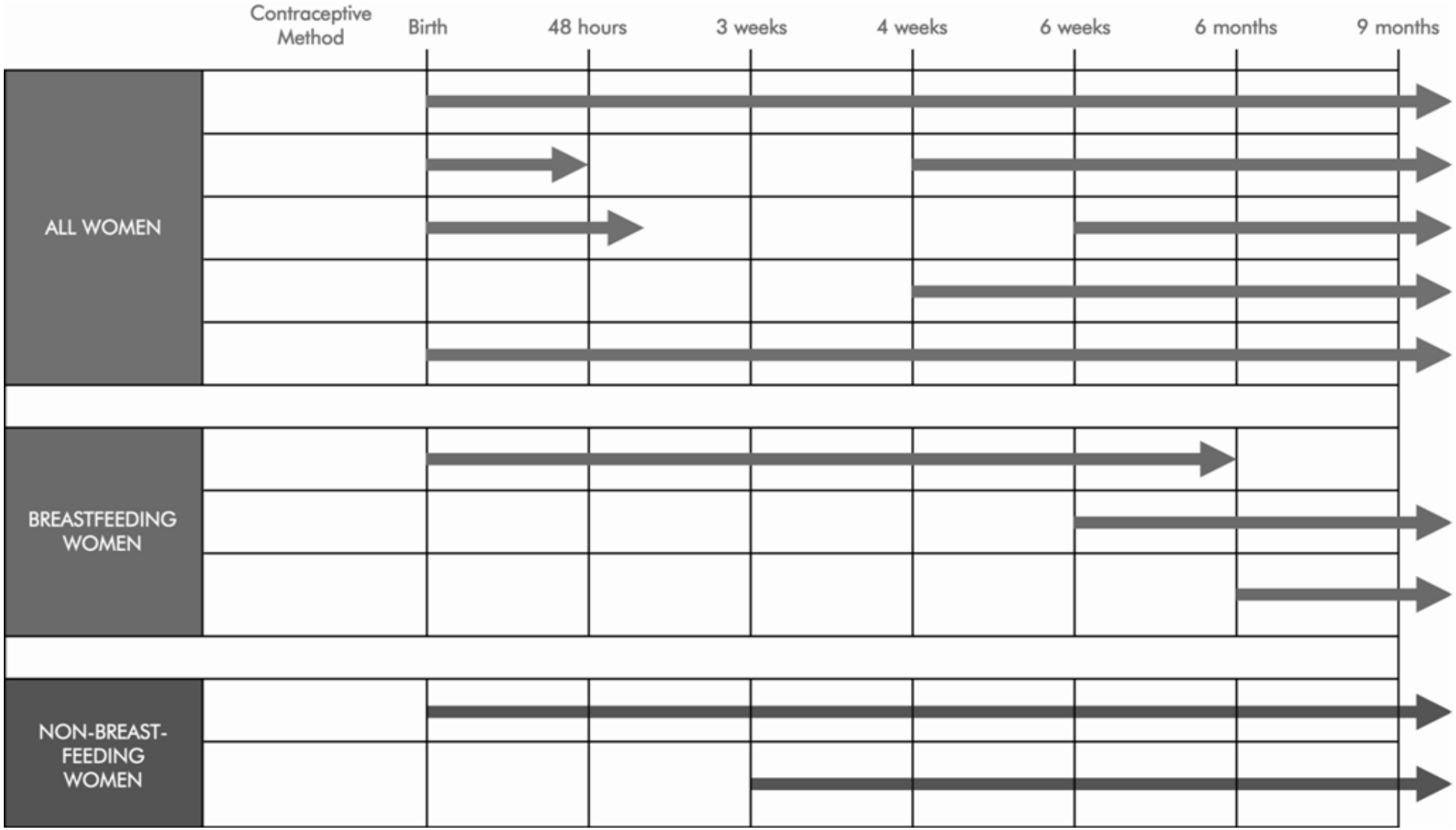
5. Alors que vous donnez des conseils à Sophie concernant MAMA, elle vous dit qu'elle habite loin du centre de santé. Elle craint de ne pas pouvoir revenir lorsqu'un des critères MAMA ne sera plus satisfait. Que devrait-elle faire ?

   Q. Peut cette femme dépend sur la MAMA ? Oui ou non, pourquoi ?

   Q. Selon l'information fournie, quelles méthodes seraient appropriées pour elle en ce moment et/ou que type de counseling donneriez-vous

PASSER À UN AUTRE METHODE MODERNE DE CONTRACEPTION :

Exercice Trois : Démarrage de la Contraception Post-partum—Remplir avec la méthode appropriée



SCENARIOS PEDAGOGIQUES DU COUNSELING DE MAMA

Profil de Cliente #1:

Vous êtes de six semaines post-partum après votre deuxième bébé. Votre premier bébé a 20 mois. Pendant une visite prénatale, votre sagefemme a vous conseillé sur MAMA et vous avez décidé que vous voulez utiliser la méthode. Vous allaitez votre bébé exclusivement et votre saignement post-partum s'est arrêté. Vous aimerez donner un tisane à votre bébé mais vous n'êtes pas sûre si vous devriez le faire. Vous ne comptez pas travailler hors de la maison. Vous n'avez jamais utilisé une méthode de contraception.

Profil de Prestataire #1:

Vous êtes la sagefemme à la clinique de planning familial au centre de santé du district. C'est la première fois que cette cliente visite une clinique de planning familial. Son mari n'est pas présent.

Profil de Cliente #2 :

Vous êtes trois mois post-partum et vous vous présentez à la clinique de planning familial parce que vous craignez de tomber enceinte. Vous et votre mari sont à nouveau sexuellement actifs. Vous allaitez votre enfant exclusivement mais vous donnez à votre bébé des antibiotiques deux fois par jour pendant une semaine parce qu'il est malade. Vous n'avez pas de saignement depuis votre saignement post-partum s'est arrêté. Vous ne travaillez pas hors de la maison et vous restez normalement là.

Profil de Prestataire #2 :

Vous êtes la sagefemme à la clinique de planning familial au centre de santé du district. C'est la première fois que cette cliente visite une clinique de planning familial. Son mari est présent.

Profil de Cliente #3 :

Vous êtes deux mois post-partum et vous vous présentez à la clinique de planning familial parce que vous ne voulez pas devenir enceinte. Vous allaitez votre bébé, mais vous lui donnez aussi un biberon une fois par jour parce que vous travaillez hors de la maison. Vous et votre mari comptez d'avoir les rapports sexuels cette semaine. C'est votre premier bébé et vous n'avez jamais utilisé de contraception.

Profil de Prestataire #3 :

Vous êtes la sagefemme à la clinique de planning familial au centre de santé du district. C'est la première fois que cette cliente visite une clinique de planning familial. Son mari est présent mais il attend dehors.

Profil de Cliente #4 :

Aujourd'hui, vous quittez l'hôpital après avoir donné la naissance il y a deux jours. Votre lait maternel n'est pas encore « apparu ». Vous avez dit à la sagefemme que vous voulez allaiter votre bébé et que vous ne souhaitez pas devenir enceinte pendant une année au moins. Par contre, vous avez entendu parler des mauvaises choses sur le DUI et vous ne voulez pas l'utiliser. La sagefemme vous conseille de visiter une clinique de planning familial, qui se trouve dans le même bâtiment, avant de rentrer à la maison aujourd'hui. Votre mari et belle-mère sont avec vous, ainsi que votre bébé.

Profil de Prestataire #4 :

Vous êtes l'infirmière à la clinique de planning familial de l'hôpital du district. La sagefemme du bloc d'accouchement a appelé et vous dit qu'une femme qui a récemment accouché arrive à la clinique et elle peut être intéressée à utiliser MAMA. Vous n'êtes pas occupé et vous pouvez conseiller la femme dès qu'elle arrive à votre clinique.

Profil de Cliente #5 :

Vous êtes une semaine du post-partum et vous utilisez MAMA, et satisfaites tous les trois critères. Le médecin où vous avez accouché vous avait dit que si vous aviez des problèmes avec MAMA, vous devrez visiter une clinique de planning familial. Votre belle-mère dit que vous devriez donner un biberon à votre bébé parce qu'elle croit que le bébé ne reçoit pas assez de lait.

Profil de Prestataire #5 :

Vous êtes l'infirmière à la clinique de planning familial du centre de santé du district. C'est la première fois que cette cliente visite une clinique de planning familial. Sa belle-mère est avec elle.

EVALUATION DE CONNAISSANCES POST-ATELIER

EVALUATION DE CONNAISSANCES POST-ATELIER

1. Les trois critères de MAMA pour une femme post-partum sont :

_____
_____
_____

2. Si une femme **n'allaite pas**, l'ovulation commencera en moyenne à :
a. __20 jours post-partum, mais peut commencer aussitôt que 12 jours post-partum
b. __45 jours post-partum, mais peut commencer aussitôt que 21 jours post-partum
c. __Deux mois post-partum, mais peut commencer aussitôt qu'un mois post-partum

3. L'efficacité de MAMA avec l'utilisation normale est :
a. __65% à 85%
b. __90% à 96%
c. __98% ou plus

4. Quelles sont des avantages de MAMA ?
a. __Peut être utilisé immédiatement après l'accouchement
b. __Facilite l'utilisation de la contraception moderne par des femmes qui n'ont pas utilisé la contraception auparavant
c. __Confère une certaine protection contre les IST/VIH
d. __Motive les utilisatrices à allaiter exclusivement pendant 6 mois

5. La plupart des agents de santé pensent que ce qui suit est vrai, **exception faite de** :
a. __MAMA n'est pas un moyen de contraception efficace
b. __MAMA est synonyme d'allaitement maternel
c. __MAMA est une voie d'accès extrêmement efficace à l'utilisation d'autres méthodes modernes de contraception
d. __MAMA n'apporte pas une protection couple-années suffisante pour justifier le temps passé au counseling.

6. Les avantages si on attend au moins 2 ans avant de tomber enceinte sont un(e) :
a. __Meilleure santé du bébé et de l'enfant
b. __Meilleure santé maternelle
c. __Meilleur statut nutritionnel des enfants
d. __a et b
e. __Toutes les réponses au-dessus

7. Quand une femme se trouve à six mois du post-partum :
a. __Elle devrait commencer à songer à une autre méthode moderne de contraception

b. __Elle peut ovuler avant que ses règles ne reviennent
c. __Elle devrait arrêter d'allaiter et donner au bébé des aliments de sevrage
d. __Son lait peut s'arrêter de couler

8. Marquer les méthodes qu'une mère du post-partum qui allaite peut utiliser sans risques:
a. __La pilule progestative à 6 semaines
b. __Le DIU au cuivre à 4 semaines
c. __Ligature des trompes à 4 semaines
d. __Contraceptifs oraux combinés à 6 mois

9. Marquer les pratiques qu'une mère séropositive-VIH qui souhaite allaiter devrait suivre:
a. __Donner le sein non affecté si elle a des problèmes comme la mastite, les seins craquelés ou des abcès au sein
b. __Sevrer le bébé aussi rapidement que possible
c. __Allaiter exclusivement
d. __Utiliser régulièrement des préservatifs

10. Marquer les principes d'un counseling efficace :
a. __Traiter avec respect chaque cliente, et respecter les décisions de la cliente
b. __Encourager la cliente à poser des questions et écouter ses préoccupations
c. __Ecouter attentivement

11. Marquer les éléments qui doivent être inclus dans le counseling de MAMA :
a. __Retour de la fécondité et avantages du bon moment et de l'espacement des naissances
b. __Critère de recevabilité pour l'utilisation de MAMA
c. __Transition efficace à une autre méthode contraceptive
d. __Importance d'utiliser une méthode contraceptive d'appoint si c'est extrêmement important qu'elle ne tombe pas enceinte

12. Tous les contextes suivants offrent des possibilités de donner un counseling MAMA, **exception faite de** :
a. __Consultations infantiles
b. __Services des soins après avortement (SAA)
c. __Visite communautaire des agents de santé
d. __Consultations prénatales

EVALUATION DE L'ATELIER

(à être rempli par le participant)

4— Tout à fait d'accord 3— D'accord 2— Pas d'accord 1— Pas d'accord du tout

	Composantes de l'atelier	NOTE
1	Les méthodes pédagogiques m'ont facilité l'apprentissage de MAMA.	
2	Les aides pédagogiques m'ont facilité l'apprentissage de MAMA.	
3	A présent, je suis en mesure de définir MAMA et ses trois conditions.	
4	A présent, je suis en mesure d'expliquer le mécanisme de base et l'efficacité de MAMA.	
5	A présent, je suis en mesure d'expliquer les bénéfices de la Planification et l'Espacement Idéal de Grossesses pour la Santé (PEIGS).	
6	Je suis en mesure à présent de décrire les méthodes qui conviennent lorsqu'une femme fait la transition et passe de MAMA à une autre méthode de contraception.	
7	Je connais à présent les possibilités d'intégrer un counseling pour MAMA avec les autres services.	
8	Je me sens à l'aise à présent pour apporter un counseling MAMA.	

Souligner un choix :

L'atelier était: Trop Long Trop Court D'une Bonne Durée

Il faut plus de temps pour : _____

Trop de temps était dépensé sur : _____

Quels sujets devraient être **ajoutés** afin d'améliorer l'atelier (si oui, pourquoi ?) _____

_____

Quels sujets devraient être **supprimés** afin d'améliorer l'atelier (si oui, pourquoi ?)_____

_____

Le meilleur aspect de l'atelier était : _____

L'aspect le mois utile de l'atelier était : _____