

9e congrès international francophone en allaitement

Les 20 et 21 avril 2026

20 avril 2026

Module 1-A

20 avril - 8h30 à 10h30 (pause de 15 min)

Pathologies endocriniennes et allaitement

CERPs :

Résumé :

- Après un rappel rapide des hormones intervenant dans la lactation, seront abordées les interférences entre l'allaitement et les pathologies endocriniennes.
- Les difficultés éventuelles de démarrage de l'allaitement dans certaines pathologies : diabète, obésité, syndrome des ovaires polykystiques.
- L'effet préventif de l'allaitement sur le diabète de type 2, les pathologies cardiovasculaires, en particulier pour les personnes à risque.
- L'effet préventif et curatif de l'allaitement sur l'endométriose.
- La gestion de l'allaitement dans les pathologies thyroïdiennes en particulier sur le plan thérapeutique.
- Et à tous les stades, l'intérêt de l'accompagnement de l'allaitement pour limiter certains effets délétères.

Objectifs :

1. Évaluer l'interférence entre les principales pathologies endocriniennes et l'allaitement.
2. Évaluer les bénéfices maternels.
3. Discuter des risques éventuels des thérapeutiques.
4. Mettre en avant l'intérêt de la prise en charge de l'allaitement.



Dre Brigitte Fontaine, Gynéco obstétricienne, Retraitee consultante en lactation IBCLC.

Biographie :

Dre Brigitte Fontaine est médecin gynécologue-obstétricienne, praticien hospitalier retraitée, diplômée de la faculté de médecine de Nancy. Elle a exercé plus de 35 ans en maternité, notamment à la Maternité Régionale de Nancy puis à l'Hôpital d'Angoulême. Spécialiste de la santé des femmes et de la période périnatale, elle s'est particulièrement investie dans l'accompagnement à l'allaitement maternel. Consultante en lactation certifiée IBCLC en 2000, et maintenant IBCLC retraitée. Elle est également titulaire du Diplôme Interuniversitaire de Lactation Humaine et Allaitement maternel.

Au fil de sa carrière, elle a participé activement à la formation de médecins, sages-femmes et consultantes en lactation, en France et au sein de l'ACLP (dont elle est présidente depuis 2010). Elle a contribué à de nombreux travaux cliniques et publications autour de la gynécologie, de la grossesse et de l'allaitement, tout en siégeant dans divers comités d'expertise en santé publique (ANAES, réseaux périnataux, actions de prévention tabac et grossesse). Aujourd'hui, elle poursuit son engagement en partageant son expérience et ses connaissances afin de soutenir les professionnels et les familles dans la promotion de l'allaitement et de la santé périnatale.

Module 1-B

20 avril - 10h45 à 12h15

Médicaments en contexte d'allaitement... restons zen!

CERPs :

Objectifs :

1. Décrire l'importance de l'allaitement pour la santé de la dyade.
2. Élaborer sur les caractéristiques pour déterminer la compatibilité des médicaments avec l'allaitement.
3. Déterminer les options de traitement et soupeser avec les parents les risques du non-traitement, du médicament et du non-allaitement tant pour l'enfant que pour sa mère.
4. Partager des ressources internet facilement accessibles.



Nathalie Gagnon

Biographie :

Nathalie s'intéresse aux médicaments en contexte d'allaitement depuis 15 ans. Ses initiatives ont été reconnues par l'obtention des prix Pharmacothérapie mère-enfant (département de pharmacie du CHU Ste-Justine), Pratique novatrice pour un pharmacien (Profession Santé) et Excellence in Pharmacy Practice - Patient care (Société canadienne des pharmaciens d'hôpitaux) en 2019 pour la procédure Examen radiologique chez la femme qui allait et le protocole médical Allaitement en post-opératoire et en post-sédation. De plus, elle a reçu la mention Coup de cœur des participants au Congrès international interdisciplinaire en allaitement avancé en mai 2023 et au Grand forum de l'Association des pharmaciens en établissement de santé en mars

2024, de même que 1er prix du jury au dit Congrès pour l'affiche *Élaboration de fiches-conseil pharmacologiques et diffusion via un organisme d'aide à l'allaitement* à la suite de la conception bénévole des Fiches pharmacologiques en allaitement en collaboration avec la Fédération Nourri-Source. Elle a été conférencière pour différentes entités, associations et regroupements, autrice/co-autrice pour la revue Québec Pharmacie et le numéro spécial sur l'allaitement dans Le médecin du Québec d'avril 2023. Le CISSS de l'Outaouais lui a remis en mai 2024 un prix Engagement à son Gala Distinctions et la Ville de Gatineau, le Mérite Citoyen en 2025.

Module 2

20 avril - 13h15 à 16h30 (pause de 15 min)

Lésions aux mamelons liées à l'allaitement : Évaluation, interventions et traitements

CERPs :

Objectifs :

1. Comprendre les types de lésions aux mamelons et leurs causes.
2. Maîtriser l'évaluation des lésions aux mamelons les outils d'évaluation clinique.
3. Explorer les options de traitement fondées sur les données probantes.
4. Promouvoir la prévention et le soutien à l'allaitement.



Sophie Perreault

Biographie :

Sophie est infirmière diplômée du Cégep de Granby et détentrice d'un baccalauréat multidisciplinaire de l'Université de Sherbrooke. Elle est consultante en lactation certifiée **IBCLC** depuis 2007, démontrant un engagement envers le soutien à l'allaitement maternel.

Toujours animée par le désir de perfectionner ses compétences, elle a obtenu plusieurs attestations de 2e cycle à l'Université de Sherbrooke : en pratique avancée en soins de plaies (2017), en addictologie clinique (2018), ainsi qu'un microprogramme en stratégies d'affaires (2023).

Son parcours professionnel en périnatalité débute au Pavillon des naissances de l'hôpital Brome-Missisquoi-Perkins (BMP), où elle exerce comme infirmière de 1999 à 2002, puis comme infirmière clinicienne ASI de soir de 2002 à 2007. En 2007, elle joint l'équipe de périnatalité petite-enfance du CLSC La Pommeraie en tant qu'infirmière clinicienne ASI, où elle porte le dossier de l'allaitement pour le RLS La Pommeraie depuis 2003. Elle a également été superviseure clinique de l'équipe SIPPE de 2007 à 2018.

En avril 2018, elle accède au poste de chef de service maternité/pédiatrie à l'hôpital BMP du CIUSSS de l'Estrie – CHUS, où elle continue de mettre à profit son expertise et son leadership.

Sophie est aussi maman de deux filles aujourd'hui âgées de 24 et 21 ans.



France Bolduc

Biographie :

France est une infirmière d'expérience qui consacre sa carrière à la santé des familles depuis plus de 30 ans. Elle œuvre au CIUSSS de l'Estrie – CHUS depuis 1994, principalement en pédiatrie et en maternité, où elle a accompagné avec bienveillance et professionnalisme un grand nombre de parents et d'enfants.

Consultante en lactation certifiée **IBCLC** depuis 2012, France démontre une implication soutenue envers le soutien à l'allaitement maternel, tant sur le plan clinique que communautaire.

Entre 2016 et 2021, elle a également partagé son savoir en tant qu'enseignante en soins infirmiers au Cégep de Sherbrooke. Depuis 2021, elle est conseillère en soins infirmiers spécialisée en allaitement à la direction de Santé publique, et a été responsable de la clinique d'allaitement de deuxième ligne au CLSC de Sherbrooke pendant deux ans.

L'engagement professionnel de France est profondément nourri par son vécu personnel. Maman de quatre jeunes adultes, tous allaités, et grand-maman de quatre petits-enfants, elle comprend intimement les réalités familiales et les défis liés à l'allaitement. Cette expérience, combinée à son expertise clinique, fait d'elle une professionnelle reconnue pour son approche humaine, sa passion et son dévouement envers le soutien aux familles.



Nathalie Forand

Biographie :

Je suis **infirmière** depuis 1988, d'abord formée en technique infirmière, puis devenue clinicienne après l'obtention de mon baccalauréat en sciences infirmières en 2003. J'ai commencé ma carrière en pédiatrie en centre hospitalier, puis j'ai occupé le poste d'assistante infirmière-chef en périnatalité (pédiatrie, salle d'accouchement, pouponnière, santé des femmes) jusqu'en 2004. J'ai ensuite travaillé pendant plus de 20 ans en CLSC auprès de la clientèle en petite enfance et en périnatalité — une expérience très enrichissante qui m'a permis d'accompagner de nombreuses familles, dès la naissance et tout au long des différentes étapes du développement de leurs jeunes enfants. Depuis 2023, je fais partie de l'équipe allaitement en santé publique du CIUSSS de l'Estrie – CHUS, où je participe à divers projets liés à la promotion et au soutien de l'allaitement. Je travaille également en clinique d'allaitement de deuxième ligne une journée et demie par semaine, un milieu stimulant où chaque situation est unique, parfois complexe, souvent imprévisible, mais toujours engageante. Consultante en lactation **IBCLC** depuis 2012, j'accompagne les familles dans les défis liés à l'allaitement en leur offrant un soutien respectueux, centré sur leur réalité et leurs choix. Je suis aussi maman de deux grands enfants... et une grand-maman comblée d'un petit garçon ! Ces expériences personnelles enrichissent ma pratique et renforcent mon engagement à soutenir les familles dans cette belle (et parfois exigeante) aventure qu'est l'allaitement.

21 avril 2026

Module 3-A

21 avril - 8h30 à 10h30

La naturopathie au service de l'allaitement, Apprenez comment les habitudes de vie, les plantes et les nutriments peuvent influencer l'allaitement.

CERPs :

Objectifs :

1. Comprendre ce qu'est la naturopathie et découvrir la situation de la naturopathie au Québec.
2. Différencier les naturopathes formés et encadrés adéquatement des naturopathes avec peu de formation et d'éthique.
3. Explorer comment les habitudes de vie peuvent influencer l'allaitement pour mieux soutenir la mère.
4. Connaître les plantes sécuritaires et les plantes contre-indiquées en cas d'allaitement.
5. Personnaliser les suggestions de plantes aux besoins globaux de la mère: production de lait mais aussi soutien à la digestion, à la production d'énergie, au sommeil, au système nerveux, etc.
6. Discuter de comment la santé de la thyroïde et du microbiote de la mère peuvent influencer l'allaitement? Et comment contribuer à leur équilibre?
7. Conclure avec une mise en applications des informations vues pendant la conférence: Cas cliniques



Nathalie Béringhs ND.A.Naturopathe agréée

Biographie :

La maternité m'a amenée à me questionner sur ma santé et sur mes choix de vie, au point d'en faire mon métier. Mère de 2 enfants, aujourd'hui adolescents, je me suis spécialisée en périnatalité après avoir obtenu mon diplôme de l'Ecole d'Enseignement Supérieur en Naturopathie du Québec. J'y enseigne aujourd'hui la périnatalité et l'alimentation saine. J'ai été marraine aux relevailles pendant 6 ans pour le Groupe d'entraide maternel (GEM) ce qui m'a apporté beaucoup d'ouverture envers la réalité unique que vit chaque famille. J'ai aussi été marraine d'allaitement pour Nourri-source quand ma fille était toute petite. J'aime accompagner les femmes et les couples dans toutes les étapes de la maternité, et les aider à intégrer de saines habitudes de vie pour toute la famille.

Module 3-B

21 avril - 10h45 à 12h15

Reflux du nourrisson : mieux comprendre, mieux accompagner dans une approche centrée sur la famille

CERPs :

Description :

« Mon bébé pleure tout le temps, on me dit que c'est du reflux », « On m'a prescrit un traitement, mais j'ai peur des effets secondaires », « On m'a conseillé d'épaissir son lait », « On me dit que c'est normal, mais il doit bien y avoir quelque chose pour le soulager », « je suis épuisée, il faut trouver une solution »...

Ces phrases, vous les avez sûrement déjà entendues dans vos accompagnements.

Le reflux gastro-œsophagien (RGO) est l'un des motifs de consultation les plus fréquents en périnatalité. Pourtant, il est aussi l'un des plus mal compris : confondu avec d'autres problématiques, parfois surdiagnostiqué, souvent médicamenteux à tort.

Comment faire la différence entre un reflux physiologique (normal) et un reflux pathologique ? Quels sont les drapeaux rouges à ne pas négliger ? Comment éviter les confusions avec d'autres problématiques ? Et surtout... Comment accompagner concrètement ces bébés et leurs parents, sans céder à la surmédicalisation inutile ?

Objectifs :

1. Mieux comprendre les mécanismes physiologiques du reflux chez le nourrisson.
2. Être en mesure de distinguer un reflux physiologique d'un reflux pathologique.
3. Savoir reconnaître les principaux drapeaux rouges nécessitant une orientation médicale.
4. Identifier les situations de mauvaise interprétation.
5. Découvrir et expérimenter des outils pratiques pour accompagner le bébé et ses parents (postures, allaitement, gestion du stress, tummy time, approches complémentaires).
6. Renforcer sa capacité à soutenir les parents, en évitant la surmédicalisation et en préservant le lien d'attachement.



Anne Desgeorges

Biographie :

Je suis révélatrice de talents maternels. J'ai la conviction que

- Chaque femme est unique et l'experte de son bébé.
- Le monde bienveillant de demain se bâtit aujourd'hui, c'est une responsabilité collective.
- On ne naît pas mère. On le devient chacune à notre façon, chacune à notre rythme. La maternité n'est pas une question de performance.
- Le plus important est d'aider avec bienveillance, les mères et les bébés, à tisser des racines solides pour qu'en son temps chaque enfant déploie ses ailes en grand.
- On ne crée pas de mauvaises habitudes, on comble des besoins.

C'est pourquoi, chaque jour, depuis 2010, j'aide les nouvelles mamans à se faire confiance, à faire confiance à leur bébé. Je les aide à vivre le plus sereinement possible leur nouveau rôle de mère.

Concrètement, je les accompagne dans leurs difficultés d'allaitement, de sommeil et dans leurs questionnements sur le développement de leur enfant.

Je forme également les futures accompagnantes à la naissance sur le volet allaitement et sommeil des bébés chez Alternative Naissance.

Je suis consultante en lactation certifiée de **l'IBLCE depuis 2010**,

Holistic Sleep Coach, accompagnante à la naissance et étudiante praticienne EFT.

Je suis également instructrice en massage pour bébés (IAIM), langage des signes pour bébé et à la méthode TummyTime!

Mais je reste avant tout une maman de 4 enfants, un brin idéaliste !

Module 4-A

21 avril - 13h15 à 14h45 (pause 15 min)

Trop vite, trop fort ! Hyperlactation et réflexe d'éjection fort

CERPs :

Résumé :

La crainte de ne pas avoir suffisamment de lait est partagée par toutes les mères, en dépit du fait que la lactation est une fonction physiologique normale chez la femme, et que l'incapacité réelle d'avoir une production lactée suffisante est rare.

Les moyens d'augmenter la production lactée font l'objet de nombreuses publications. Mais l'hyperproduction lactée est un phénomène beaucoup moins abordé, alors qu'elle constitue un problème majeur pour les mères qui en souffrent. Comment reconnaître une hyperlactation ? Un réflexe d'éjection fort (REF) ? Comment aider les mères et les bébés qui y font face ? Manque de soutien; sous-estimation des difficultés rencontrées; peu de solutions... une vraie difficulté d'allaitement trop souvent sous-estimée.

Objectifs :

1. Reconnaître les facteurs de risques d'une hypolactation et d'une hyperlactation.
2. Reconnaître les signes d'une hypolactation et d'une hyperlactation.
3. Proposer des actions visant à réguler la lactation.
4. Mettre en place un suivi adéquat à chaque situation de trouble de la régulation lactée.
5. Adapter la conduite à tenir en fonction de l'évolution de la lactation en rendant la mère actrice des décisions prises.

Module 4-B

21 avril - 15h00 à 16h30

Adapter la conduite à tenir en fonction de l'évolution de la lactation en rendant la mère actrice des décisions prises

CERPs :

Résumé :

Le choix du mode d'alimentation du nouveau-né et du nourrisson est trop souvent présenté comme un choix individuel, libre et rationnel. Pourtant, il s'inscrit au carrefour de multiples pressions – culturelles, sociétales, commerciales, anthropologiques et biologiques – qui influencent et parfois contraignent les décisions des parents.

Ce topo propose une réflexion critique sur la notion de « choix » dans l'alimentation infantile, en montrant comment ces pressions se combinent, se renforcent ou s'opposent, et en questionnant la part réelle de liberté laissée aux familles. L'enjeu est d'éclairer les professionnels de santé sur la complexité de ces déterminants afin de mieux accompagner les parents, en respectant leurs trajectoires et en soutenant des décisions éclairées et non conditionnées par des influences extérieures.

Objectifs :

1. Déconstruire la notion de « choix » en matière d'alimentation infantile et identifier ses limites.
2. Analyser les pressions culturelles, sociétales, commerciales, anthropologiques et biologiques qui influencent les décisions parentales.
3. Comprendre les interactions entre ces différents niveaux d'influence.
4. Identifier leurs propres biais professionnels et la manière dont ils peuvent renforcer ou alléger ces pressions.
5. Développer des stratégies d'accompagnement favorisant l'autonomie décisionnelle des familles, dans le respect de leurs valeurs et de leurs contextes.



Céline Dalla Lana

Biographie :

Passionnée par mon métier de sage-femme et forte de plus de vingt-cinq ans d'expérience, je me suis spécialisée très tôt dans l'allaitement et la lactation, thème déjà au cœur de mon mémoire de fin d'études. Devenue consultante en lactation certifiée IBCLC, j'accompagne les mères et leurs bébés avec pour objectif de proposer des solutions concrètes, fondées sur les preuves, tout en déconstruisant les idées reçues.

Soucieuse de partager mes connaissances, j'ai publié des ouvrages, des articles et participé à des émissions de radio et de télévision.

Rapidement sollicitée par les professionnels de la périnatalité, j'ai créé et animé des formations en développant une pédagogie interactive et bienveillante.

C'est dans cette dynamique que j'ai fondé et déposé Méthode Dalla Lana®, destinée à former les professionnels de santé à l'accompagnement de l'allaitement et du non-allaitement.