

# Newsletter article Le Co-sleeping et le SMSN

## Le Co-sleeping et le SMSN (Syndrome de la Mort Subite du Nourrisson) : une étude alarmiste mais très incomplète

### Résumé

La MSN est un drame qui mobilise à juste titre l'émotion. L'étude alarmiste qui vient d'être publiée, et la réponse de l'UNICEF, relancent la controverse sur le rôle du cododo comme facteur de risque. La COFAM examine ici tous les aspects du problème sur une base scientifique. Car le cododo, s'il est pratiqué en respectant les nécessaires règles de sécurité, est avant tout un facteur important de protection du nouveau-né.

Un article choc paru le 21 mai 2013 dans *Actu Santé* sur le Co-sleeping et la SMSN (Syndrome de Mort Subite du Nourrisson) conclue un peu vite que les enfants allaités qui partageaient le lit de leur mère constituaient le groupe le plus à risque.

Cet article reprend la conclusion d'une récente étude rétrospective de Carpenter et al. (2013) de la *London School of Hygiene and Tropical Medicine* sur 1.472 cas de mort subite du nourrisson et 4.679 cas témoins à partir de 5 études menées entre 1987 à 2003 et parues récemment dans le *British Medical Journal* (BMJ) ; selon les auteurs, les enfants allaités qui partageaient le lit de leur mère étaient plus à risque du SMSN.



La réaction au niveau international parmi les experts en lactation a été immédiate, de l'UNICEF à La Leche League International et aux chercheurs spécialisés. Un papier blanc très complet fait ressortir les failles majeures de cette étude et souligne la double protection de l'allaitement pour le bébé.<sup>4</sup> : « L'analyse a utilisé des données erronées ou manquantes, sans tenir compte des critères de confusion utilisés pour définir le partage du lit et les risques.[...] En examinant le rôle de l'allaitement maternel, les auteurs semblent ignorer un aspect essentiel du développement du nourrisson - l'allaitement contribue positivement à la santé infantile, à la fois pour la santé immédiate et à long terme aussi, non seulement comme une réduction du SMSN, bien qu'il en soit également un facteur de protection (Alm et al., 2002 ; Ford et al., 1993; Horne et al., 2004 ; McVea et al., 2000 ; Mitchell et al., 1992 ; Mosko et al., 1997; Scragg et al., 1993).<sup>1</sup>

Comme le souligne l'UNICEF dans son article paru sur leur site<sup>1</sup>, les données de cette étude sont incomplètes et l'analyse comporte de nombreux manques, notamment au niveau des variables sociétales et anthropologiques, et des critères qui définissent le co-sleeping. Ils déclarent donc :

« Les recommandations de l'UNICEF Royaume-Uni auprès des professionnels de santé sur l'information clé qui devraient être discutées avec tous les parents afin de protéger les bébés sont décrites ci-dessous. Elles sont destinées à être utilisées en conjonction avec la brochure *Caring for your baby at night*<sup>2</sup> ([Prendre soin de votre bébé la nuit](#)) (PJ) et ne vont pas changer à la lumière des conclusions limitées de ce document. »

La CoFAM est en accord avec les recommandations émises par UNICEF-UK sur le sommeil partagé dans le lit des parents<sup>3</sup> (*co-sleeping* ou *cododo*) et rappelle également que l'allaitement nocturne à la demande peut être aussi avantageux pour la mère que pour l'enfant. Il favorise une bonne mise en route de la production de lait maternel, et prévient notamment :

- les engorgements, en permettant à l'enfant des tétées régulières et courtes en période de nuit
- la baisse de la lactation, puisque la succion lors des tétées est le principal régulateur qui stimule la production.

Le cododo évite aussi aux parents d'être obligés de se lever en pleine nuit, malgré la fatigue, pour nourrir et réconforter l'enfant.

Il revient donc aux parents de faire leur propre choix éclairé quant aux conditions optimales de couchage de leur enfant en suivant les critères de prévention. Des études reconnues et sérieuses montrent que le fait de partager le sommeil de l'enfant allaité n'augmente aucunement le risque de MSN lorsque les familles respectent « *les sept conditions du sommeil partagé en toute sécurité* » :

1. famille de non fumeurs (y compris tabagisme pendant la grossesse),
2. parents sobres, qui ne consomment pas de produits altérant le niveau d'éveil,
3. mère qui allaite,
4. bébé en bonne santé,
5. bébé couché sur le dos,
6. bébé peu couvert (éviter qu'il n'ait trop chaud),
7. la mère et l'enfant partagent un endroit sans objets, sans creux et sans interstices qui pourraient nuire à la respiration de l'enfant.

Quand on observe ces sept conditions, un bébé qui dort avec sa maman ne court pas plus de risque de MSN que s'il est seul dans son berceau.

Article de la CoFAM paru en juin 2013

<sup>1</sup> <http://www.unicef.org.uk/BabyFriendly/News-and-Research/News/UNICEF-UK-Baby-Friendly-Initiative-statement-on-new-bed-sharing-research/> )

<sup>2</sup> <http://www.unicef.org.uk/BabyFriendly/Resources-for-parents/Caring-for-your-baby-at-night/>

<sup>3</sup> Le document est disponible en français « [Partager un lit avec votre bébé : Un guide pour les mères qui allaitent](#) »

[http://www.unicef.org.uk/Documents/Baby\\_Friendly/Leaflets/Other%20languages/sharingbedleaflet\\_french.pdf](http://www.unicef.org.uk/Documents/Baby_Friendly/Leaflets/Other%20languages/sharingbedleaflet_french.pdf)

<sup>4</sup> SIDS: Risks and Realities : A Response to Recent Findings on Bedsharing and SIDS Risk

Sarah Ockwell-Smith, BabyCalming.com , Professor Wendy Middlemiss, University of North Texas , Tracy Cassels, University of British Columbia, EvolutionaryParenting.com , Helen Stevens, Safe Sleep Space , Professor Darcia Narvaez, University of Notre Dame

A Praeclarus Press White Paper ,May 21, 2013

[www.PraeclarusPress.com](http://www.PraeclarusPress.com)

[Annexes à lire aussi](#) - pour s'abonner à la Newsletter :

[http://coordination-allaitement.org/FR/S\\_informer/La\\_newsletter.html](http://coordination-allaitement.org/FR/S_informer/La_newsletter.html)