Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 108 (2010)

Heft: 12

Rubrik: Mosaïque

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

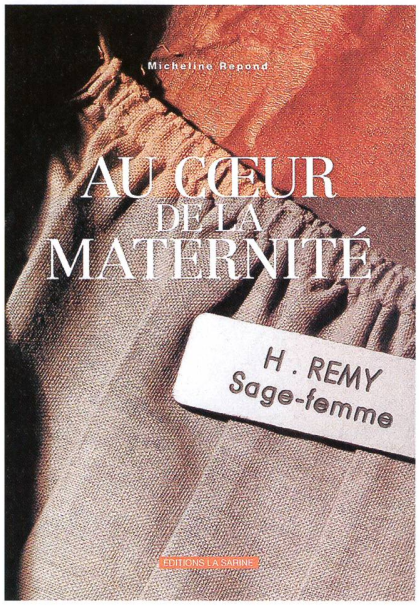
Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

le bébé. Généralement pas pour le premier, mais pour les suivants. Comme pour tous les accouchements, j'assumais une surveillance pendant deux heures au moins et j'avais à cœur de suivre la maman pour les suites de couches. Je me déplaçais d'abord à pied, puis à vélo, en moto et en voiture. J'en ai fait des kilomètres! Je ne les comptais pas. J'ai toujours été terriblement loin des statistiques, surtout les dernières années... Ce qui me posait des problèmes avec la Fédération!»



«C'était en moi»

C'est ainsi que débutent les mémoires d'Hedwige Remy: *«J'ai toujours su que j'allais devenir sage-femme. Je ne me suis jamais demandé ce que j'allais faire plus tard. C'était écrit dans le ciel: maman était sage-femme et je serais sage-femme comme elle. C'était en moi»* (p. 7). Sa grand-mère maternelle aurait, elle aussi, bien aimé pratiquer ce métier, mais elle est devenue veuve très jeune et elle a dû travailler dur pour nourrir ses deux petites filles sans réaliser son rêve. Hedwige Remy se souvient d'avoir vu souvent sa mère partir dans la nuit: *«Elle ne se plaignait pas. Elle disparaissait 24 heures – parfois plus – et Papa allait la rechercher»*. Sa mère avait fait une année d'études seulement, en 1928, et elle a arrêté de pratiquer en 1948, lorsqu'elle est devenue veuve et a dû s'occuper de ses neuf enfants.

Tout au long des entretiens avec Micheline Repond, Hedwige Remy mesure les multiples changements qui ont traversé notre société, pour le meilleur comme pour le pire. *«Du temps de Maman, on venait chercher la sage-femme avec la luge et le cheval. Après, il y a eu le téléphone, mais seulement à la poste. A toute heure du jour, ou même de la nuit, le postier allait faire la commission à la sage-femme. Vous savez, les gens étaient serviables à l'époque. Ils étaient pauvres mais solidaires. Le curé non plus n'avait pas le téléphone. Aujourd'hui, on se sert du téléphone portable pour dire où l'on se trouve ou ce que l'on va faire pour dîner... Les enfants d'aujourd'hui, entourés de câlins et de tendresse, n'acquièrent plus le sens des responsabilités, ce qui génère une société qui a besoin de ‹coachs› pour tout et pour n'importe quoi! Même pour s'habiller, ou pour équilibrer son budget... Du coup, il leur faut des éducateurs d'adulte pour apprendre – très tard – à vivre!»*

Une symbiose inoubliable

Au début de sa carrière, après un cours à Paris chez le Docteur Lamaze, Hedwige Remy proposait, dans les années'50 déjà, des cours de préparation à la naissance. Elle a donné aussi par la suite des cours de puériculture dans le cadre du programme de la Croix-Rouge. *«Les femmes faisaient de plus en plus d'études. Elles n'avaient pas eu de petit frère ou de petite sœur. En tout cas, elles n'avaient jamais eu d'enfant dans les mains et n'avaient aucune idée des soins à leur donner. Ces cours étaient aussi un appoint financier pour les sages-femmes. Mais surtout, ils étaient l'occasion d'avoir un meilleur contact avec les femmes, de faire connaissance avant le grand événement qu'est la mise au monde d'un enfant. Il se créait ainsi une sorte de symbiose indélébile. Maman m'avait dit de ne pas faire d'accouchement ‹sans le papa› pour souder le couple, la mère ou la belle-mère n'étant utile que si le père ne pouvait absolument pas être présent. Maman ajoutait: ‹Veille à ce que tu dis parce que, 20 ans après, elle te le redira›. Et c'est bien vrai: quand j'ai présenté notre livre à sa sortie de presse, il y avait beaucoup de monde dans la salle. Moi, j'ai oublié tous ces détails d'accouchement des unes et des autres, mais les mamans que j'ai rencontrées par après m'en ont abondamment parlé. Et avec quelle émotion!»* ◀

Propos recueillis par
Josianne Bodart Senn

Tests d'étiquetages

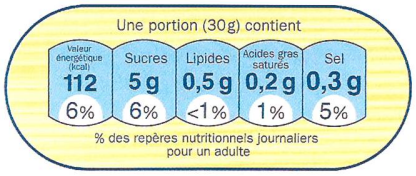
Comment choisir l'aliment sain?

A la demande de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), la Société suisse de nutrition (SSN) a examiné s'il serait envisageable d'introduire en Suisse, à titre facultatif, un label international permettant de repérer les aliments sains, en complément des mentions actuellement prescrites pour l'étiquetage des denrées alimentaires.

Méthodologie

Trois types d'étiquetage apposé au recto de l'emballage ont été testés:

▲ Le «feu tricolore» (vert – rouge – orange): originaire d'Angleterre, il indique la quantité de lipides, d'acides gras saturés, de sucre et de sel en portion de 100 g. ou de 100 ml d'un produit donné.



▲ Les «repères nutritionnels journaliers» (RNJ) ou «Guideline Daily Amount» (GDA): fixés par la Confédération des industries agroalimentaires de l'Union européenne (CIAA), ils déterminent en kilocalories la quantité d'énergie et en grammes celles des lipides, d'acides gras saturés, de sucre et de sel contenue dans une portion de produit.

▲ Le label «Healthy Choice» ou «Choix sain»: il désigne les produits les plus sains dans une catégorie d'aliments donnés, d'après des critères qui varient d'une catégorie de produit à l'autre.

·apidement

L'enquête a été réalisée en janvier et février 2010 auprès de 1016 adultes de 18–74 ans résidant en Suisse (60% en Suisse alémanique, 28% en Suisse romande, 12% au Tessin).

Résultats

- Notoriété: Les RNJ recueillent la plus forte notoriété (81%); ils attirent le plus l'attention des consommateurs (66% de ces 81%) et sont les plus utilisés (55% de ces 81%) lors des achats. Un tiers des consommateurs avouent connaître le «feu tricolore» et seulement 14% le label.
- Utilité: Sur une échelle de 1 à 10, le «feu tricolore» obtient 8, les RNJ 7.8 et le label 5.4.
- Aide efficace: Aucun des étiquetages n'aide véritablement les consommateurs à bien distinguer le produit le plus sain. Les RNJ et le «feu tricolore» sont considérés comme utiles mais, en situation, ils conduisent à un mauvais choix (en moyenne une fois sur trois).
- Rapidité de décision: L'interprétation du label est la plus rapide (12,79 secondes en moyenne); viennent ensuite le «feu tricolore» avec 35% de temps en plus et les RNJ avec 50% de temps en plus. En outre, les consommateurs qui font le mauvais choix tendent à utiliser plus de temps pour prendre leur décision.

Conclusion

Tous les étiquetages testés peuvent aider le consommateur à faire le bon choix pour sa santé, mais ils se heurtent tous à certaines limites.
C'est la combinaison «RNJ + Label» qui paraît la meilleure: elle livre beaucoup d'informations et conforte le choix des consommateurs. Elle pourrait aider ceux qui sont peu sûrs d'eux ou plutôt paresseux. Elle permet aux plus pressés de prendre une décision rapidement.

Source: Rapport d'enquête «Healty Choice Label» diffusé le 14 septembre 2010.

Tests de dégustation

Yaourts plus ou moins sucrés

La station de recherche Agroscope Liebefeld-Posieux ALP a réalisé une étude auprès des consommatrices et des consommateurs. Elle leur a fait déguster des yaourts avec des teneurs en sucre ajouté réduites. Si la majorité des personnes testées a préféré le yaourt le plus sucré, les variantes réduites en sucre ont toutefois été appréciées.

Présents à Swiss'expo à Lausanne et à la BEA à Berne, les enquêteurs de la station de recherche ont donné des yaourts à déguster aux visiteurs. Ce sont 400 participants des deux sexes qui ont goûté trois variantes différemment sucrées. Elles comprenaient des teneurs de 10%, 7% et 5% de sucre ajouté. La moyenne de sucre ajoutée dans les yaourts aromatisés en Suisse atteint 10%. Pour l'arôme, les personnes avaient le choix entre fraise et moka. Les participantes et les participants devaient répondre à des questions portant sur l'appréciation globale du produit, la teneur en sucre et en arôme idéale ainsi que sur leurs habitudes de consommation.

Fraise et moka

Si l'arôme fraise a été dégusté par 56% d'hommes, le moka a été choisi par 53% des femmes. Les dégustateurs ont préféré le yaourt le plus sucré, indépendamment du fait qu'il soit aromatisé à la fraise ou au moka. Ces yaourts ont obtenu une note moyenne de 7,5 (fraise) et de 6,8 (moka) sur une échelle de 1 à 9 (9 étant la meilleure note). Le yaourt contenant 30% de sucre en moins (soit 7% de sucre ajouté) a été jugé assez agréable et a obtenu une note de 6. En ce qui concerne l'arôme moka, on constate que les femmes acceptent tout aussi bien le yaourt à 10% de sucre ajouté que celui à 7%. Pour les deux arômes, le yaourt le moins sucré a été jugé désagréable.

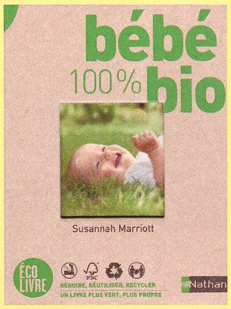
Quand il y a moins de sucre, on perçoit moins l'arôme

Pour mieux comprendre les facteurs influençant l'appréciation globale des yaourts, les dégustateurs devaient noter leur appréciation par rapport à la quantité de sucre et d'arôme sur une échelle de 1 à 9, la note 5 représentant la quantité idéale. Malgré que tous les échantillons contiennent la même teneur en arôme, les dégustateurs ont perçu l'intensité de l'arôme comme étant trop faible lorsque la teneur en sucre était diminuée. Ce phénomène apparaît autant pour les yaourts moka que pour les yaourts à la fraise.

Préserver le goût

Face au nombre toujours croissant de personnes en surpoids dans la population, il s'avère important de réduire la consommation d'ingrédients critiques du point de vue nutritionnel. En Suisse, un grand distributeur s'est fixé comme objectif de réduire les teneurs en sucre de 10% sur les 7 à 13 grammes ajoutés selon l'arôme des yaourts d'ici fin mars 2011.

Source: www.news.admin.ch – Communiqué du 18.10.10.

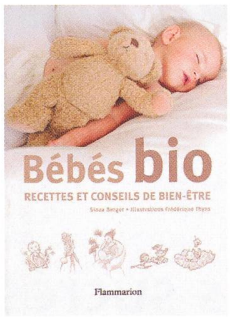


Susannah Marriott

Bébé 100% bio

Nathan, 2009, 192 p.
ISBN = 2-09-278297-2

Des conseils pratiques, aussi futés qu'économiques, pour adopter les «bons gestes» pour le bébé et pour la planète: modes de déplacement, alimentation, vêtements, jouets, produits de soin, couches, massages, etc.

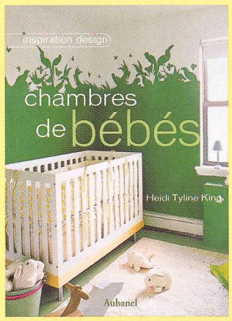


Sioux Berger

Bébés Bio: recettes et conseils de bien-être

Flammarion, 2009, 240 p.
ISBN = 2-08-121593-1

Pour lutter contre l'influence néfaste des produits toxiques sur le fœtus, sur le lait maternel et sur le développement du nourrisson, l'auteure propose de nombreux conseils pratiques pour que l'univers de bébé soit «le plus bio possible» depuis sa conception jusqu'à ses premiers pas.



Heidi Tyline King

Chambres de bébé

Aubanel, 2009, 144 p.
ISBN = 2-7006-0624-9

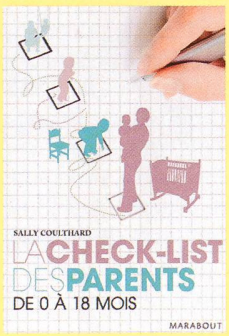
Des tas d'idées et d'astuces de décoration pour aménager un espace sûr et chaleureux pour accueillir son biblébé en pensant déjà aux futures étapes de son développement.

Jean-Louis Fischer

L'art de faire de beaux enfants

Albin Michel, 2009, 277 p.
ISBN = 2-226-18980-6

Cet historien des sciences de la vie et de la médecine raconte l'histoire mouvementée et passionnante des principales questions qui ont préoccupé les hommes et les femmes des temps passés: comment faire un enfant «en bonne santé», comment faire une fille ou un garçon, les enfants de l'amour sont-ils plus beaux que les autres, etc.



Sally Coulthard

La check-list des parents, de 0 à 18 mois

Marabout, 2009, 231 p.
ISBN = 2-501-05953-4

Plus de 90 listes classées en 19 thèmes allant du suivi de grossesse à l'intégration dans la famille élargie, à consulter quand on devient parent et que l'on n'a pas le temps de se plonger dans d'interminables développements.