Naissances Births

Interview

Nº 15
NOVEMBRE 2026

En 4 questions

Céline, sage-femme passionnée d'allaitement

Avec Céline DALLA LANA



© Photo Roman Raizen Unsplash

Mme Céline Dalla Lana

Sage-femme
Consultante en lactation IBCLC
Fondatrice de Méthode Dalla Lana



© Photo offerte par Mme Céline Dalla Lana

26 avenue François Goby
06460 St Vallier De Thiey

Les secrets d'un allaitement réussi
2ème édition ; Editions Frison Roche
(2024)

https://www.methodedallalana.fr/

https://www.facebook.com/methodedallalana
https://www.instagram.com/ methode.dallalana/
https://www.linkedin.com/in/c%C3%A9line-dalla-lana-722222129/

Céline, sage-femme passionnée d'allaitement

Invitée : Céline Dalla Lana
Présentation : Marie-Laure Wandji
pour « Naissances Births »

1. Voudriez - vous bien nous présenter votre parcours personnel et professionnel... De sage-femme à consultante en lactation IBCLC puis fondatrice de Méthode Dalla Lana et enfin auteure de plusieurs livres...

Céline Dalla Lana : Je suis passionnée par l'accompagnement pré et post-natal depuis mes études. Dès ma première année en école de sage-femme , j'ai été profondément fascinée par la physiologie de l'allaitement, au point d'en faire le sujet de mon mémoire.
Très tôt dans ma vie professionnelle, j'ai choisi d'orienter ma pratique vers un accompagnement bienveillant, soutenant et éclairé de l'allaitement, avant même d'obtenir ma certification IBCLC*. Depuis plus de 26 ans, j'accompagne ainsi les femmes et les couples dans cette période particulièrement sensible et fondatrice qu'est l'arrivée d'un enfant. Et je suis IBCLC recertifiée tous les 5 ans depuis 2010.

Au fil des années, j'ai pu constater à quel point les croyances, les représentations culturelles et les méconnaissances, tant chez les parents que chez certains professionnels de santé, peuvent impacter négativement le vécu de l'allaitement et, plus largement, du post-partum.

* International Board Certified Lactation Consultant

Cette réalité m'a progressivement amenée à développer une conviction forte : la qualité de l'accompagnement repose avant tout sur des connaissances solides, actualisées, fondées sur la physiologie de la mère et du bébé ainsi que sur les données scientifiques les plus récentes.
Cette exigence de rigueur et de transmission ne s'est pas limitée à l'allaitement. Elle s'est progressivement étendue à l'accompagnement du non - allaitement (qui mérite lui aussi une approche respectueuse et éclairée) puis plus largement à l'accompagnement global du post-partum et des familles.
Avec le temps , j'ai également mesuré l'importance majeure de l'harmonisation des discours entre professionnels. L'hétérogénéité des informations données aux parents peut générer confusion, perte de confiance et difficultés évitables. Les études en périnatalité montrent d'ailleurs depuis longtemps combien la cohérence de l'accompagnement influence le vécu et la santé des familles.

C'est dans cette dynamique que j'ai écrit plusieurs ouvrages autour de l'allaitement , dont **« Les secrets d'un allaitement réussi », publié aux Éditions Frison-Roche**. Bien qu'initialement destiné aux parents, cet ouvrage est aujourd'hui largement utilisé par les professionnels de la périnatalité qui y trouvent des outils pratiques, concrets et directement mobilisables dans leur quotidien clinique.

Méthode Dalla Lana est la marque sous laquelle j'exerce mon activité d'organisme de formation dédié aux professionnels de la périnatalité. Toutes nos formations poursuivent un objectif commun : permettre aux professionnels d'accompagner les familles avec davantage de justesse, de cohérence, de sérénité et de bienveillance.

Notre approche pédagogique repose sur une pédagogie interactive, participative et expérientielle favorisant l'appropriation durable des connaissances et leur mise en application immédiate dans la pratique quotidienne. Nous accordons une place centrale à l'analyse clinique, aux échanges entre participants, à la réflexion collective et aux mises en situation concrètes.

Le choix du mot « Méthode » correspond à cette vision structurée et cohérente de la transmission.

Il ne s'agit pas d'une « méthode miracle » ou d'un courant alternatif, mais d'un cadre pédagogique rigoureux, reproductible et fondé sur les données scientifiques, permettant de transformer les savoirs en compétences opérationnelles au service des familles.

2. Comment définiriez-vous le lait maternel ? Quels sont ses bienfaits ?

Céline Dalla Lana : À la lumière des connaissances scientifiques actuelles, le lait maternel pourrait presque être défini comme le premier système immunitaire du bébé… avec, en plus, la capacité de le nourrir parfaitement.

Ses propriétés sont extrêmement nombreuses : anti-infectieuses , anti-inflammatoires , immunomodulatrices , antivirales , antibactériennes ou encore antifongiques. Mais réduire l'allaitement à la seule composition du lait serait insuffisant.

L'allaitement est avant tout une relation entre une mère et son enfant. Il constitue une interaction biologique , émotionnelle et neurodéveloppementale extrêmement riche. Les recherches récentes en neurosciences et en épigénétique montrent notamment combien le contact étroit et répété entre le parent et l'enfant influence favorablement le développement neurologique, émotionnel et relationnel du bébé.

Cette compréhension plus fine de l'allaitement ouvre également des pistes très intéressantes dans l'accompagnement du non-allaitement. Elle rappelle notamment combien le besoin fondamental de proximité, de sécurité affective et de contact physique est essentiel au développement du nourrisson, indépendamment du mode d'alimentation choisi.

Par ailleurs, les bénéfices de l'allaitement concernent aussi bien la santé des enfants que celle des mères. Les données scientifiques sont aujourd'hui suffisamment solides pour considérer l'allaitement comme un véritable enjeu majeur de santé publique.

3. Dans votre pratique de sage-femme et de consultante en lactation IBCLC, quelles sont les difficultés que les mamans et les bébés rencontrent le plus souvent durant l'allaitement ?

Céline Dalla Lana : Les difficultés les plus fréquemment rencontrées sont principalement de deux ordres :
- les douleurs et les lésions du mamelon ;

- l'impression, fondée ou non, de manquer de lait.

Ce qui est particulièrement important à comprendre, c'est que ces difficultés sont évitables dans une très grande majorité des cas lorsqu'un accompagnement adapté est mis en place précocement.

C'est pourquoi je consacre une grande partie de mon activité à la formation des professionnels de santé. La prévention est essentielle. Lorsque les parents sont correctement informés et soutenus dès le départ, l'allaitement peut devenir une expérience profondément gratifiante plutôt qu'un parcours semé d'obstacles.

L'enjeu dépasse largement la seule question de l'alimentation du bébé. Nous savons aujourd'hui qu'un allaitement vécu positivement peut participer à la prévention de la dépression du post-partum, tandis qu'un allaitement douloureux ou source de culpabilité peut au contraire majorer une souffrance psychique déjà présente.

Le post-partum reste une période de grande vulnérabilité pour les familles. Soutenir les mères, les couples et les bébés dès les premières semaines représente donc un véritable enjeu de santé publique.

4. Quelles solutions proposez - vous pour résoudre ces difficultés ? Auriez-vous des recommandations générales à faire aux mamans ?

Céline Dalla Lana : Oui, il existe souvent des solutions simples pour prévenir ou résoudre la majorité des difficultés d'allaitement. La première étape est de mieux comprendre le fonctionnement normal de l'allaitement afin de pouvoir distinguer les conseils fondés scientifiquement des idées reçues encore très répandues.

Une préparation prénatale de qualité me semble aujourd'hui essentielle. Bien qu'allaiter soit un comportement physiologique, notre société s'est progressivement éloignée de cette culture de transmission. Beaucoup de parents découvrent l'allaitement sans véritable repère, dans une société où les représentations culturelles du sein et de la maternité influencent fortement les perceptions.

Il est également indispensable de s'entourer de professionnels réellement formés et compétents. À l'heure actuelle, de nombreux intitulés d'accompagnement existent sans encadrement précis ni validation des compétences. Le sigle IBCLC reste aujourd'hui la certification internationale de référence garantissant une formation approfondie et régulièrement réactualisée en lactation humaine.

Je crois profondément que les parents ont besoin d'un accompagnement à la fois scientifique, humain et non jugeant. L'objectif n'est jamais de culpabiliser, mais d'aider chaque famille à trouver ses propres repères et à vivre cette période avec davantage de confiance et de sérénité.

Enfin, le message le plus important que j'aimerais transmettre aux mamans est peut-être celui-ci : faites-vous confiance. Faites confiance à votre bébé. Il n'existe pas de parent parfait. L'essentiel est de faire de son mieux avec bienveillance y compris envers soi-même.

Interview réalisée en Mai 2026.

© *Tous droits réservés*