



EFFETS LACTOGENES DE QUELQUES ALIMENTS A USAGES TRADITIONNELS CONSOMMES PAR LES FEMMES ALLAITANTES DE LA COMMUNE DE KIMBANSEKE

Luhunu Tamundele L.¹, Mwanamoki Mbokoso P.⁴, Nkatu Kumindamu F², Balowa Tshibuabua C.², Bashimbe Mugangu T³, Luvandu Mbenza M.² et Owandjaola Deko S.²

1. Assistant de deuxième mandant à l'Institut Supérieur des Techniques Médicales de Kinshasa Section sciences des Aliments, Nutrition-Diététique, B.P.774 - Kinshasa XI,
2. Assistants de deuxième mandant à l'Institut Supérieur des Techniques Médicales de Kinshasa Section sciences des Aliments, Nutrition-Diététique, B.P.774 - Kinshasa XI
3. Chef de travaux à l'Institut Supérieur des Techniques Médicales de Kinshasa Section sciences des Aliments, Nutrition-Diététique, B.P.774 - Kinshasa XI
4. Professeur à l'Institut Supérieur des Techniques Médicales de Kinshasa, Section sciences des Aliments, Nutrition-Diététique, B.P.774 - Kinshasa XI

This is an open access article under the [CC BY-NC-ND](#) license.



Introduction : En République Démocratique du Congo, les aliments consommés pour leurs vertus médicinales mais de manière traditionnelle, devient une pratique qui est entrain de prendre de l'ascenseur. Cependant, les femmes allaitantes ne sont pas en restes. Elles, consomment plusieurs mets, dans le seul but de produire suffisamment du lait maternel au profit de leurs nourrissons.

Méthodologie : Cette étude est du type transversal, menée selon la méthode de proche en proche, qui consistait à aller dans chaque maison du site d'étude qui avait une femme allaitante, situé dans la commune de Kimbanseke, précisément dans les quartiers Malonda, Kisantu et 17 mai. Nous nous sommes servis de la technique d'interview personnalisée pour communiquer avec les femmes allaitantes dans le but de recueillir les informations.

Résultats : Les aliments ci-après sont utilisés pour la stimulation de la production du lait par les femmes de la commune de Kimbanseke : le mélange de *Arachis hypogea* (nguba mayi) et *amaranthus viridis* (boa en lingala) ($p < 0,00$) ; le *psophocarpus scadens* (Kikalakasa en lingala) ($p < 0,01$) ; *sesamum indicum l.* (wangila en lingala) ($p < 0,03$) ; Moamb de palme (musaka) ($p < 0,00$) ; *solanum macrocarpon* (soloo en lingala) ($p < 0,00$) ; *vernonia amygdalina* (mukadi kadi) ($p < 0,00$) ; *saccharum officinarum* ($p < 0,01$). Les analyses statistiques ont montré une différence statistique significative au seuil de 5% entre la consommation de ses aliments et la production du lait maternel. C'est autant dire que : la consommation de ces aliments exercent une action positive sur la production du lait maternel influence.

Conclusion : que ces aliments ont un pouvoir lactogène, c'est-à-dire qu'ils exercent une certaine influence positive sur la production du lait maternel. Ces aliments font partis des recettes traditionnelles concoctées depuis la nuit de temps et consommées par les femmes allaitantes.

Mots-clés : aliments, lactogènes, traditionnel, femme allaitante.

Digital Object Identifier (DOI): <https://doi.org/10.5281/zenodo.7844123>

1 INTRODUCTION

La lactation est un processus dynamique qui consiste à produire un fluide biologique complexe qui fournit des facteurs nutritifs et non nutritifs à la progéniture allaitante [9]. En République Démocratique du Congo, les aliments consommés pour leurs vertus médicinales mais de manière traditionnelle, devient une pratique qui est entrain de prendre de l'ascenseur. Cependant, les femmes allaitantes ne sont pas en restes. Elles, consomment plusieurs mets, dans le seul but de produire suffisamment du lait maternel au profit de leurs nourrissons.

Des travaux réalisés récemment ont démontré que les extraits aqueux de certaines plantes africaines et européennes réputées stimuler la sécrétion lactée contiennent effectivement des substances qui sont capables de provoquer la sécrétion hypophysaire de la prolactine et d'hormone de croissance (GH) et d'induire la synthèse de lait chez des animaux expérimentaux. Les expériences décrites ici indiquent que plusieurs plantes qui poussent spontanément ou sont cultivées en Iran et qui sont traditionnellement utilisées pour augmenter la sécrétion lactée des femmes allaitantes (lin, coma, coton, angoze) contiennent de telles substances. Ces données expérimentales confirment que les substances douées d'un pouvoir lactogène sont assez largement répandues dans le monde végétal et contribuent à définir un mode d'utilisation plus rationnel des extraits de plantes [1].

Les experts et les professionnels de la santé s'entendent pour dire que le lait maternel est un aliment de premier choix pour le nouveau-né. La composition nutritionnelle du lait maternel est adaptée aux besoins de l'enfant et s'ajuste aux différents stades ainsi qu'à la fréquence des tétées [2]. C'est pourquoi OMS recommande l'allaitement maternel exclusif pendant les six premiers mois de la vie chez les bébés nés à termes et en bonne santé. Elle ajoute également qu'il est souhaitable de poursuivre l'allaitement maternel jusqu'à deux ans ou plus, accompagné d'aliments complémentaires appropriés. Pour produire une quantité adéquate du lait maternel, la femme qui allaite son enfant a besoin non seulement de l'énergie supplémentaire mais aussi des aliments spécifiques avec un pouvoir de stimuler la production du lait maternel [3].

Ils aliments renferment de petites quantités de divers composés organiques qui remplissent des fonctions métaboliques importantes, à l'intérieur de l'organisme [4]. En France, certaines plantes ont été utilisées pour augmenter la production de lait. Fenugrec, fenouil, anis, angélique, galéga et bien d'autres ont été recommandés.

La question fondamentale que nous nous posons est celle de savoir : les aliments traditionnels consommés par les femmes allaitantes, auraient-ils des effets lactogènes ? Nous osons croire que la plupart des femmes qui consomment les aliments traditionnels auraient un effet positif sur la production du lait.

L'objectif poursuivi dans cette étude est de répertorier quelques aliments traditionnels au pouvoir lactogène utilisés par des femmes allaitantes de la commune de Kimbanseke.

2 METHODOLOGIE

Type d'étude

Cette étude est du type transversal, menée selon la méthode de proche en proche, qui consistait à aller dans chaque maison du site d'étude qui avait une femme allaitante, situé dans la commune de Kimbanseke, précisément dans les quartiers Malonda, Kisantu et 17 mai. Nous nous sommes servis de la technique d'interview personnalisée pour communiquer avec les femmes allaitantes dans le but de recueillir les informations.

Echantillonnage

400 femmes allaitantes de trois quartiers de la commune de Kimbaseke, l'une de commune de la partie Est de la ville de Kinshasa, ont fait partie de cette étude. Cette taille d'échantillon est obtenue selon la formule de Fisher.

$$n = z^2 x \frac{p \cdot q}{d^2}$$

Légende :

n : Taille de l'échantillon

z2 : Coefficient de confiance, généralement fixé à 5%. Ce coefficient est égal à 1,96=2

p : estimateur de la proportion des sujets avec la caractéristique d'intérêt (dans ce cas particulier, il s'agit de l'utilisation des aliments lactogènes traditionnels = 0,50 ou 50%;

q : 1- p ;

d2 : Degré de précision désirée (0,05)

$$n = 2 x \frac{0,50x0,50}{0,05^2} = 400$$

Critères d'inclusion

Ont été inclus dans cette étude, toutes les femmes allaitantes qui utilisent les aliments traditionnelles pour la production.

Critères d'exclusion

Toutes les femmes allaitantes qui utilisent les aliments lactogènes mais n'ayant pas souhaitées répondre à nos questionnaires pour diverses raisons.

Collecte et analyse des données

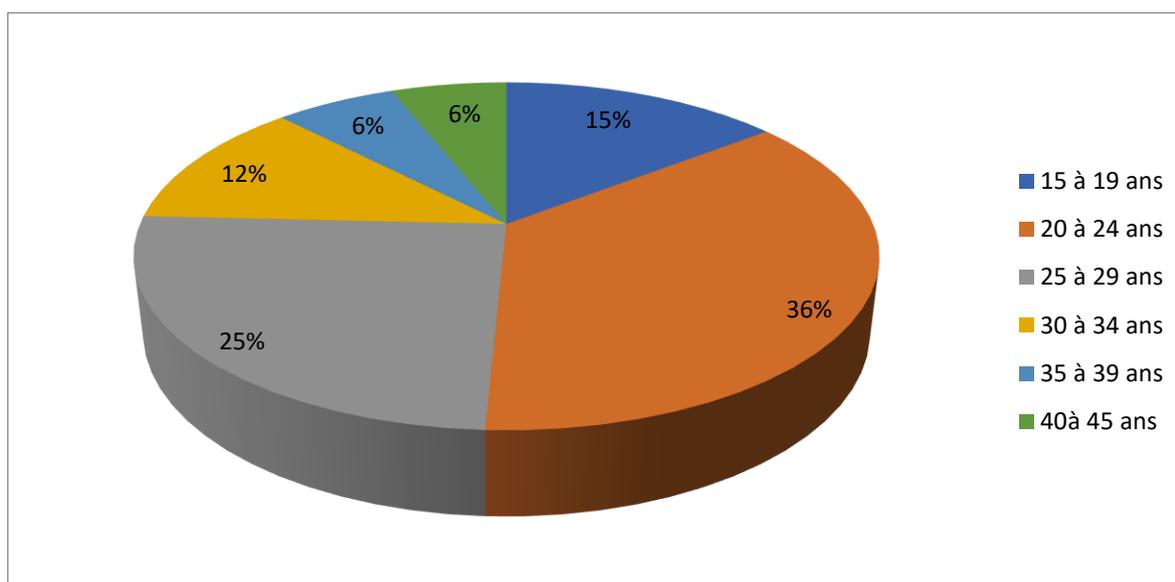
Une fiche d'enquête (questionnaires) a été élaborée pour collecter les données. Cette fiche validée comprenait les items relatifs aux informations suivantes : l'âge de la mère, la parité, le niveau d'instruction, statut marital, la profession, utilisation des aliments lactogènes et les effets produits.

Pour garantir la fiabilité et la validité des résultats, le personnel commis à cette enquête avait été formé dans la technique de collecte des données pendant un jour, notamment la façon d'enregistrer les résultats et le remplissage du questionnaire. Après la récolte de données, nous avons vérifié que les données recueillies étaient complètes, précises, cohérentes et correctement enregistrées.

Le calcul de pourcentage et la moyenne arithmétique ont été utilisés pour interpréter les résultats. Le logiciel SPSS 22 et Excel nous ont permis de produire le tableau, le graphique et le test de comparaison des proportions ont servi pour vérifier le niveau d'association entre les variables indépendantes et les variables dépendantes au seuil de signification de $p < 0,05$.

3 RESULTATS

Graphique 1. Age des femmes allaitantes



Les résultats de ce graphique montrent que 36% des femmes allaitantes enquêtées sont âgées de 20 – 24 ans suivi de 25% qui ont entre 25 à 29 ans, 15% autres ont entre 15 à 19 ans, 12% ont 30 à 34 ans, 6% ont 35 à 39 ans et 6% autres de 40 à 45 ans avec l'âge moyen de $24,4 \pm 5,9$ ans.

Tableau 1. Aliments lactogènes consommés et leurs effets produits

Aliments	Forme de consommation	Effet +	Effet -	p. Value	*****
<i>Arachis hypogea</i> (nguba mayi) + <i>amaranthus viridis</i> (boa)	Préparée	89	12	0,00	***
<i>psophocarpus scadens</i> (Kikalakasa)	Préparée	23	42	0,01	**
<i>sesamum indicum l.</i> (sésames)	Préparée	29	19	0,03	*
Moamb de palme	Décoction	56	1	0,00	***
<i>solanum macrocarpon</i> (solo)	Préparée	66	8	0,00	***
<i>vernonia amygdalina</i> (mukadi kadi)	Cru	44	2	0,00	***
<i>saccharum offinarum</i> (Canne à sucre)	Cru	8	1	0,01	**

Ecart-réduit test ;(= $p < 0,05$;**= $p < 0,01$; ***= $p < 0,00$)

4 DISCUSSION

Cette étude visait à répertorier quelques aliments traditionnels au pouvoir lactogène utilisés par des femmes allaitantes de la commune de Kimbanseke. Il s'observe souvent à Kinshasa une production médiocre du lait maternel chez des femmes allaitantes, qui ferait en sorte que les mères ne respectent pas l'allaitement maternel exclusif pour les six premiers mois de la vie du nourrisson comme le veut l'OMS. Cependant Jean-Louis Schlienger (2011) déclare que : Les aliments sont souvent le parent pauvre de la connaissance médicale en matière de nutrition [5]. Cette affirmation trouve son sens dans cette étude, car il existerait en République Démocratique du Congo, beaucoup d'aliments, consommés par les femmes allaitantes pour l'augmentation de la quantité du lait maternel. Ces aliments font partie des aliments traditionnels, puisés dans les connaissances ancestrales dont les résultats semblent satisfaisants.

Les résultats de notre étude, montrent que plus de la moitié des femmes allaitantes qui ont répondu à notre étude ont moins de 30 ans d'âge, dont l'âge moyen est de $24,4 \pm 5,9$ ans. Cette

moyenne trouvée est presque la même (24,5%) à la moyenne nationale des femmes qui ont donné une naissance vivante, selon le rapport de Multiple Indicator Cluster Survey (MICS). 54,7% de ces femmes, ont comme niveau d'étude secondaire, 18,4% sont analphabètes, 15,6% sont universitaires et 11,4% sont du niveau d'études primaires. Ces pourcentages sont proches de la moyenne nationale du taux de l'éducation des femmes (70,8%) [6]. S'agissant de parité, 33,7% des femmes allaitantes étaient primipares, c'est-à-dire à leur première expérience d'allaitement maternel contre 66,3% d'autres qui avaient déjà vécues une expérience d'allaitement maternel.

Dans l'ensemble, 70,1% des femmes allaitantes avaient une occupation qui les maintenaient hors de leurs ménages pendant un peu plus de sept heures en moyennes ($7,4 \pm 2,9$) contre 29,9% d'autres qui n'étaient que ménagères dont clouées à la maison pour s'occuper de son enfant. Une étude française soutient que lait maternel est moins produit lorsque les niveaux d'études des femmes allaitantes sont particulièrement élevés [7]. Ceci serait probablement dû par le fait de rester aussi loin de leurs enfants et ce qui laisse les seins à ne produire une petite quantité du lait. Autant dire que, les femmes de la commune de Kimbanseke qui ont fait l'objet de cette étude, sont souvent loin de leurs enfants et sont obligés de consommer les aliments lactogènes selon ce que prévoit sa tradition, dans le but de produire suffisamment du lait maternel.

Les aliments lactogènes sont en général, des aliments qui stimulent la lactation. C'est aussi un aliment qui favorise, chez les femmes, la production de sécrétion de [lait maternel](#) en vue de l'allaitement [11]. Dans les sociétés africaines, il existe pour chaque tribu ou ethnie, un aliment ou groupe d'aliments qui ont le pouvoir lactogènes avéré. Les aliments traditionnels sont utilisés depuis l'antiquité pour ses propriétés lactogènes [10] et avec l'évolution de la science, l'arginine, un acide aminé est aussi utilisé pour améliorer les performances de lactation des animaux de rente.

La commune de Kimbanseke où s'est déroulé de cette étude, est une commune périurbaine, où sont habités une grande diversité des populations qui observent encore des us et coutumes ancestraux. Dans la littérature scientifique, les preuves sur la stimulation de la production du lait maternel sont de plus en plus visibles. Les chercheurs en nutrition, rapportent que les apports alimentaires de la femme allaitante, sont essentiels pour la régulation de la production de lait. Cependant, Anderson SM et al. (2016) démontrent que la présence des acides aminés à la glande mammaire est le principal facteur limitant de la synthèse des protéines du lait. Or si le foie et le catabolisme du muscle squelettique sont capables de fournir des acides aminés à la

glande mammaire, la principale source provient de l'alimentation, particulièrement pour les acides aminés essentiels. Par conséquent, une alimentation pauvre en protéines ou en acides aminés essentiels, peut avoir un fort impact sur la production de lait, en limitant la synthèse des protéines du lait [8].

Les aliments ci-après sont utilisés pour la stimulation de la production du lait par les femmes de la commune de Kimbanseke : le mélange de *Arachis hypogea* (nguba mayi) et *amaranthus viridis* (boa en lingala) ($p < 0,00$) ; le *psophocarpus scadens* (Kikalakasa en lingala) ($p < 0,01$) ; *sesamum indicum l.* (wangila en lingala) ($p < 0,03$) ; Moamb de palme (musaka) ($p < 0,00$) ; *solanum macrocarpon* (soloo en lingala) ($p < 0,00$) ; *vernonia amygdalina* (mukadi kadi) ($p < 0,00$) ; *saccharum officinarum* ($p < 0,01$). Les analyses statistiques ont montré une différence statistique significative au seuil de 5% entre la consommation de ses aliments et la production du lait maternel. C'est autant dire que : la consommation de ces aliments exercent une action positive sur la production du lait maternel influence.

Vu la rareté des données de la littérature sur les études similaires, nous n'avons pas pu trouver les études qui traitent la production du lait maternel par les aliments. Raisons pour laquelle, aucune étude ne sera évoquée en vue de comparer les nos résultats.

Les limites de l'étude

Cette étude a des limites, d'abord elle a été menée dans une seule commune de la ville de Kinshasa, pendant que la ville en compte 26. D'autres informations manquent notamment des données sur l'état nutritionnel des femmes allaitantes, existence d'une pathologie, les habitudes alimentaires... Les résultats de cette étude reflète l'état de la question en République Démocratique du Congo (RDC) voire même ici à Kinshasa ; mais ne nous donne pas l'assurance d'extrapoler nos conclusions. A cet effet, nous pensons que nos résultats et notre expérience valent la peine d'être partagés.

5 CONCLUSION

Lorsque la production du lait maternel pose problème. Nos résultats confirment que ces aliments ont un pouvoir lactogène, c'est-à-dire qu'ils exercent une certaine influence positive sur la production du lait maternel. Ces aliments font partis des recettes traditionnelles concoctées depuis la nuit de temps et consommées par les femmes allaitantes dans la commune de Kimbanseke, ville de Kinshasa.

REFERENCES

- [1] Sepehri, H., Kann, G. et Houdebine, L.-M. (1992) « Pouvoir lactogène potentiel de quelques extraits de plantes iraniennes », *Cahiers Agricultures*, 1(1), p. 35–39 (1). Disponible sur: <https://revues.cirad.fr/index.php/cahiers-agricultures/article/view/29731> (Consulté le: 20 mars 2023).
- [2] Riordan, et Wamback K. (2010) : Breastfeeding and human lactation, Jones and Bartlett Publishers inc. Subbury, MA, p 497
- [3] Javaparast S. et coll., (2012) : analysis of Breastfeeding policies and practices in childcare center in Adelaide, South Australia, *Maternal Child Health journal*, Vol 16, n°6 p1276
- [4] Belanger M., LeBlanc MJ, Dubost M : la nutrition, ed. chenelière-education : p383, Quebec-Canada, 2015
- [5] Jean-Louis Schlienger (2011) : Nutrition clinique pratique, 201, éd. Elsevier Masson SAS. Pg 22 ISBN : 978-2-294-70931-9
- [6] rapport des enquêtes MICS-PALU-RDC, (2018)
- [7] Guigui Gina, (2007) « Connaissances et méconnaissances des mères sur l'allaitement », *Devenir*, 2007/3 (Vol. 19), p. 261-297. DOI : 10.3917/dev.073.0261. URL : <https://www.cairn.info/revue-devenir-2007-3-page-261.htm>
- [8] Anderson SM, MacLean PS, McManaman JL, Neville MC (2015) Lactation and its hormonal control. Knobil and Neill's physiology of reproduction Fourth ed New York: Elsevier: 2055-2105
- [9] Lee, Sooyeon, and Shannon L Kelleher (2016): "Biological underpinnings of breastfeeding challenges: the role of genetics, diet, and environment on lactation physiology." *American journal of physiology. Endocrinology and metabolism* vol. 311,2 (2016): E405-22. doi:10.1152/ajpendo.00495.2015
- [10] T. Sevrin, C.-Y. Boquien, A. Gandon, I. Grit, P. de Coppet, D. Darmaun, M.-C. Alexandre-Gouabau, (2020) : Fenugreek Stimulates the Expression of Genes Involved in Milk Synthesis and MilkFlow through Modulation of Insulin/GH/IGF-1 Axis and Oxytocin Secretion. *Genes* 11, 1208 (2020).
- [11] Ministère de la Santé publique (2009) : pharmacopée traditionnelle de la République Démocratique du Congo science et tradition première Edition juillet 2009