

Rapport final

SWIFS – Swiss Infant Feeding Study 2024

Suivi national de l'alimentation des nourrissons durant la première année de vie

Sibylle Juvalta¹, Karin Gross², Susanne Grylka³, Veronica Kalb¹, Julia Dratva¹

¹Institut de santé publique, Haute école des sciences appliquées de Zurich (ZHAW)

²Institut Tropical et de Santé Publique Suisse (Swiss TPH)

³Institut des sciences de la sage-femme et de la santé reproductive (ZHAW)

Avec des contributions de Matthew J. Kerry¹ et Kristen Jafflin² et Silvia Bruno¹

Novembre 2025

Cette étude a été commandée par
l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et
des affaires vétérinaires

Recherche en
santé publique

1 Synthèse

Le présent rapport sur l'étude Swiss Infant Feeding Study (SWIFS) 2024 présente les résultats de la quatrième enquête de suivi nutritionnel des nourrissons menée en Suisse depuis 1993. Une alimentation équilibrée pendant les premiers mois de la vie contribue de manière significative au bon développement du nourrisson. La Société Suisse de Pédiatrie et la Société Suisse de Nutrition recommandent l'allaitement exclusif pendant les (quatre à) six premiers mois de vie des bébés. L'introduction d'aliments de complément peut ensuite commencer graduellement à partir du (5^e au) 7^e mois. Diverses mesures préventives sont également recommandées durant la grossesse et au cours de la petite enfance. L'étude SWIFS 2024 se concentre sur la prévalence et l'observance de ces recommandations et des facteurs qui leur sont associés.

Pour permettre la comparabilité avec les éditions antérieures, l'étude SWIFS 2024 a analysé les mêmes indicateurs d'allaitement et de diversification alimentaire et les mêmes thèmes connexes, et a utilisé des méthodes d'analyse similaires. Elle s'est cependant aussi penchée au besoin sur de nouvelles thématiques (comme la recherche d'informations en ligne) et méthodes. Les études précédentes avaient recruté et sélectionné des mères de manière aléatoire par l'intermédiaire de centres de consultation parents-enfants. En 2024, l'étude a reposé pour la première fois sur un échantillon aléatoire de 4040 mères de nourrissons âgés de 0 à 12 mois, sélectionnées à partir du cadre d'échantillonnage de l'Office fédéral de la statistique (OFS), qui ont été invitées par courrier à participer à l'enquête. Pour des raisons liées à la mise à jour des statistiques démographiques, l'échantillon de l'OFS ne contenait toutefois pas de nourrissons âgés de 0 à 2 mois. Les mères invitées à participer ont été priées de remplir un questionnaire en ligne. Le taux de réponse a été de 34 %, un résultat qui est inférieur à celui des éditions précédentes, mais qui reste satisfaisant, compte tenu de la baisse générale du taux de réponse aux enquêtes.

Les participantes étaient âgées de 33,8 ans en moyenne. Parmi elles, 23,2 % étaient d'origine étrangère, et 69,2 % ont déclaré un niveau de formation supérieure. Par rapport aux données nationales sur la population de femmes ayant un nourrisson/nouveau-né, les mères formant l'échantillon étaient légèrement plus âgées et les participantes étaient plus souvent suisses et davantage formées. Des analyses pondérées de la prévalence et de la durée de l'allaitement ont été calculées afin de tenir compte de ces différences. Parmi les mères ayant pris part à l'étude, 60 % étaient primipares et l'âge moyen des nourrissons était de 7,4 mois.

Les données de l'étude SWIFS montrent que les pratiques d'allaitement et d'alimentation complémentaire sont très proches des recommandations suisses actuelles. La prévalence de l'allaitement précoce était élevée : 97 % des mères ont allaité leur nourrisson immédiatement après sa naissance. Plus de 50 % des bébés ont eu un allaitement exclusif¹ pendant au moins 17,4 semaines. La durée totale médiane de l'allaitement² n'a cependant pas pu être calculée en raison du nombre relativement faible de nourrissons sevrés. Cependant, 53 % des enfants âgés de moins de 10 mois étaient encore allaités. Si le taux d'initiation de l'allaitement n'a pas beaucoup changé depuis 2014, les relevés alimentaires sur 24 heures montrent qu'aujourd'hui, les nourrissons sont plus susceptibles d'être exclusivement allaités pendant les quatre premiers mois de leur vie qu'en 2014 ou 2003, tandis que l'allaitement prédominant³ est devenu rare.

¹ *Allaitement exclusif* : l'enfant est nourri uniquement avec du lait maternel.

² *Durée totale d'allaitement* : période durant laquelle l'enfant reçoit du lait maternel, indépendamment de la consommation d'autres boissons ou aliments.

³ *Allaitement prédominant* : l'enfant est allaité mais reçoit aussi de l'eau ou de la tisane.

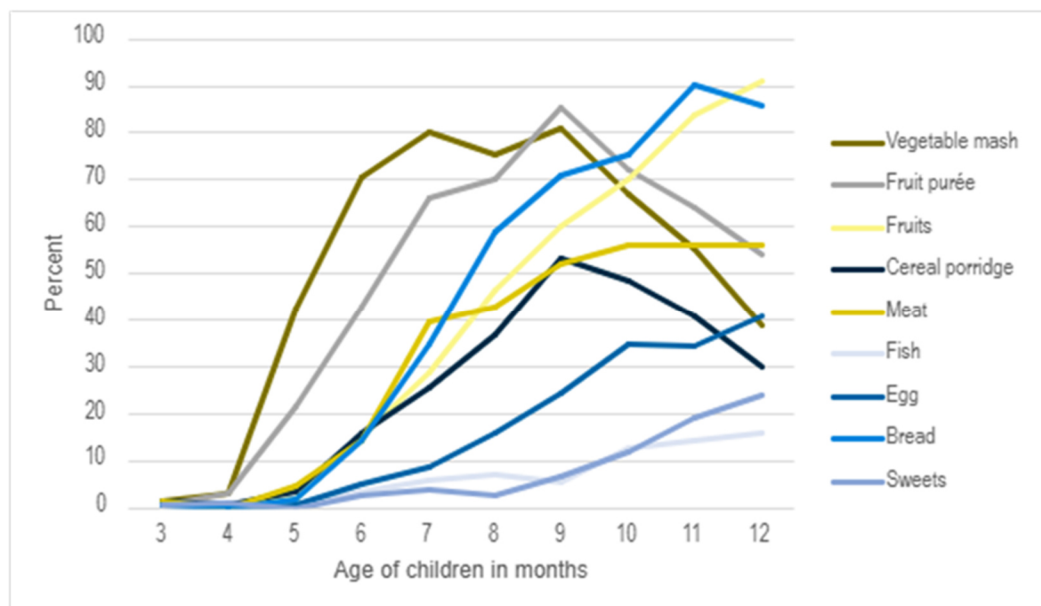
Alimentation des nourrissons au cours des dernières 24 heures, par tranche d'âge (protocole d'alimentation sur 24 heures en 2014 et 2024)

Âge du nourrisson	Allaitement exclusif		Allaitement complet		Allaitement au moins une fois		Aliments de complément au moins une fois	
	2014	2024	2014	2024	2014	2024	2014	2024
1 – 2 mois	71 %	-	74 %	-	81 %	-	0 %	
3 – 4 mois	62 %	68 %	68 %	68 %	78 %	85 %	2 %	7 %
5 – 6 mois	26 %	25 %	27 %	25 %	63 %	85 %	66 %	72 %
7 – 10 mois	0 %	1 %	1 %	1 %	39 %	70 %	98 %	99 %
>= 10 mois	0 %	0 %	0 %	0 %	30 %	53 %	99 %	100 %

Les raisons les plus fréquentes d'un sevrage secondaire étaient les suivantes : trop peu de lait, la faim du nourrisson, l'épuisement de la mère et enfin l'incompatibilité avec le travail, qui était la raison la plus fréquemment citée par les mères qui travaillent.

Les aliments de complément, l'eau, la tisane ou le lait pour nourrisson ont été introduits entre le 5^e et le 7^e mois, comme recommandé par la Société Suisse de Pédiatrie. Une fois les premiers aliments de complément introduits, plusieurs autres ont suivi relativement rapidement.

Consommation d'aliments variés au cours des dernières 24 heures, par mois d'âge (relevé des prises alimentaires sur 24 heures)



Le mode et la période d'introduction des aliments de complément sont similaires à ceux de 2014. Les recommandations relatives à des aliments spécifiques comme les produits sucrés, le lait de vache ou le gluten, ont été mieux respectées. Ainsi, 25 % des enfants avaient reçu des boissons et des aliments sucrés à l'âge de 12 mois, soit nettement moins qu'en 2014 (50 %). Parmi les nourrissons de moins de 12 mois, 5 % avaient reçu du lait de vache, la plupart après l'âge de 6 mois. La moitié des

enfants ont commencé à manger des céréales à 6 mois et, par rapport à 2014, ils ont été plus nombreux à en consommer avec du gluten, conformément aux recommandations.

Les analyses de régression multivariées indiquent que certains facteurs inhérents à la mère tels que le revenu, l'attitude du partenaire, des amis et de la famille, sont associés à une durée totale d'allaitement plus longue, et le tabagisme et un IMC > 30 à une durée totale d'allaitement plus courte. Parmi les facteurs liés au nourrisson, un poids élevé à la naissance est relié à une durée d'allaitement plus longue, tandis que des problèmes de santé sont associés à une durée d'allaitement plus courte. Le mode d'accouchement n'était pas corrélé à la durée de l'allaitement. En ce qui concerne les aliments de complément, un niveau de formation supérieure des deux parents et le retour au travail de la mère étaient associés à une introduction plus précoce d'aliments solides. Cette introduction a cependant été plus tardive dans les régions germanophone et italophone. Comparés à 2014, l'âge de la mère ou le sexe du nourrisson ne jouent plus aucun rôle, ni dans la durée de l'allaitement ni dans la diversification de l'alimentation.

L'étude SWIFS 2024 s'est également penchée sur l'environnement professionnel, l'allaitement après le retour au travail et l'entrée en vigueur de l'ordonnance relative à la loi sur le travail (OLT 1). L'article relatif à l'allaitement, révisé en 2014, inclut notamment la rémunération du temps consacré à l'allaitement au travail. Lors de la réalisation de l'étude, la moitié des mères qui travaillaient avant leur accouchement avaient repris leur activité. Elles arrêtaient plus tôt l'allaitement complet, la durée médiane de l'allaitement complet étant de 17,4 semaines, contre 21,8 semaines chez les mères ne travaillant pas, et introduisaient des aliments de complément de manière plus précoce, tout en respectant la tranche d'âge recommandée. Les analyses multivariées révèlent toutefois que la durée totale d'allaitement des mères qui travaillent n'était pas significativement différente de celles qui ne travaillent pas. Par rapport à 2014, le nombre de mères informées de leurs droits en matière d'allaitement au travail était plus élevé, mais un tiers seulement l'avaient été par leur employeur. Une mère sur dix a déclaré ne pas avoir été informée de ses droits. De même, la mise à disposition de salles adaptées à l'allaitement (56 %) et de réfrigérateurs (84 %) s'est améliorée. La part des employeurs des femmes ayant repris le travail considérant le temps consacré à tirer le lait maternel comme du temps de travail à part entière et rémunérant le temps passé à allaiter/exprimer du lait au travail était de 77 % (74 % en cas de temps plein et 3 % pour les mi-temps).

Dans l'ensemble, les mères ont estimé que leur état de santé au moment de l'enquête était bon à très bon. Un quart d'entre elles ont déclaré être atteintes d'une maladie préexistante. Un quart des mères étaient en surpoids et une sur dix était obèse avant la grossesse. Les mères en surpoids et obèses ont pris plus de poids pendant leur grossesse, tandis que celles en insuffisance pondérale ont pris moins de poids que ce qui était recommandé. Environ un tiers n'ont reçu aucun conseil concernant l'alcool, le tabac, l'alimentation, les médicaments ou les suppléments pendant leur grossesse. La majorité d'entre elles ont cependant pris de l'acide folique avant d'être enceintes (60 %) ou au cours des huit premières semaines de leur grossesse (30 %). Parmi les femmes qui fumaient avant d'être enceintes (13 %), presque toutes ont arrêté au début de leur grossesse. Quasiment toutes les mères ayant déclaré consommer de l'alcool de manière occasionnelle à quotidienne se sont abstenues d'en boire pendant leur grossesse. Les mères ont moins souvent bénéficié d'informations sur les vaccinations recommandées (27 % des cas). Pendant leur grossesse, 70 % des mères ont été vaccinées contre la coqueluche et 22 % contre la grippe.

Un peu plus d'un quart (28 %) ont accouché par césarienne. Parmi les participantes à l'étude, 40 % ont eu des complications pendant leur grossesse, 21 % pendant l'accouchement et près d'un tiers ont rapporté des troubles psychologiques post-partum, lesquels ont donné lieu à une psychothérapie dans 14 % des cas. Des conseils sur l'allaitement étaient disponibles pour la plupart des mères à l'hôpital, où différentes techniques leur ont été enseignées, et elles se sont déclarées globalement très satisfaites des conseils reçus. De même, en cas de difficultés lors de l'allaitement à domicile, la plupart des mères ont sollicité des conseils et ont déclaré être satisfaites de l'aide reçue. Près de la moitié des participantes à l'étude ont également eu recours à des conseils en ligne sur l'alimentation des nourrissons.

Si la plupart des bébés étaient en bonne santé, un tiers d'entre eux ont présenté des complications après la naissance et 7 % ont été hospitalisés. En ce qui concerne les bilans préventifs, très peu de mères (2 %) ont rapporté ne pas avoir fait réaliser les examens recommandés pour leur enfant. Elles ont été 81 % à déclarer que leur enfant avait été vacciné conformément aux recommandations, et la plupart l'ont également supplémenté en vitamine D, pour 87 % au cours des dernières 24 heures.

Pour conclure, on peut donc dire que l'étude SWIFS 2024 montre une observance importante des recommandations en matière d'alimentation des nourrissons et de la plupart des mesures préventives. Il convient de souligner tout particulièrement la durée élevée de l'allaitement exclusif, ainsi que la durée globalement plus longue de l'allaitement. À noter également : la réduction de l'introduction précoce d'aliments sucrés. L'étude SWIFS a cependant aussi identifié quelques sujets de préoccupation dans des domaines dans lesquels il faut intensifier le conseil. Toutes les femmes fumeuses ne reçoivent pas systématiquement de conseils sur le tabagisme pendant la grossesse, et les maladies chroniques, en particulier les troubles mentaux, ne sont pas toujours abordées. La prise de poids importante pendant la grossesse chez les mères en surpoids ou obèses constitue un facteur de risque pour la santé de la mère mais aussi de l'enfant. Enfin et bien que l'on constate une amélioration par rapport à 2014, il faut accorder davantage d'attention à la fourniture d'informations sur les droits des mères qui allaitent et à la culture de l'allaitement dans les environnements professionnels. L'étude SWIFS 2024 fournit des données importantes sur l'alimentation des nourrissons et la santé des mères et de leurs enfants en Suisse. Il est recommandé d'étendre les futures enquêtes aux enfants des tranches d'âge allant jusqu'à 18, voire 24 mois, pour tenir compte de la durée plus longue de l'allaitement et améliorer les connaissances sur l'alimentation, d'autres comportements liés à la santé et la prévention chez les enfants de moins de 2 ans.