



Pour faciliter l'accouchement, le retour des sages-femmes et des doulas

Les sages-femmes sont reconnues, mais pas plus nombreuses

Aude Pidoux
Saint-Jean

RAYÉES DU SYSTÈME

« Les sages-femmes perçoivent l'accouchement comme un processus naturel ; les naissances assistées par une sage-femme sont rentables pour le système de santé. Cette rentabilité est le résultat du nombre réduit d'interventions (césariennes et épisiotomies), d'un temps de séjour à l'hôpital moindre et d'un taux de réadmission à l'hôpital plus bas ; les sages-femmes peuvent soutenir les femmes à poursuivre l'allaitement, ce qui a un impact positif sur la santé future des bébés », énumère l'Association des sages-femmes de Terre-Neuve-et-Labrador (Association of midwives of Newfoundland and Labrador) sur son site internet.

L'année dernière, alors que les avantages de la présence d'une sage-femme lors de l'accouchement sont prouvés depuis longtemps, les efforts de l'Association des sages-femmes de Terre-Neuve-et-Labrador ont finalement été récompensés. Le gouvernement provincial a officiellement reconnu et réglementé le métier de sage-femme. Outre le Yukon, nous sommes la dernière province canadienne à le faire.

Cette nouvelle réglementation devrait permettre, à terme, d'inclure les sages-femmes dans le processus de la grossesse, de l'accouchement et du suivi post-natal, un système jusqu'ici dominé par des médecins, et de réduire les interventions chirurgicales lors des accouchements, en bonne partie grâce au savoir-faire et au soutien psychologique prodigué par les sages-femmes.

Cependant, un long chemin reste à parcourir jusqu'à ce que les sages-femmes fassent partie intégrante du système de santé de notre province. En effet, malgré leur riche histoire à Terre-Neuve et au Labrador à partir de la fin du 19^e siècle et jusque dans les années 1950, les sages-femmes ont été presque entièrement rayées du système des naissances avec la mise en place de la couverture santé universelle en 1958 et la généralisation des accouchements à l'hôpital qui s'est ensuivie. Dès que les naissances ont été supervisées par des médecins, les sages-femmes ont en effet perdu leur position et leur raison d'être. À Saint-Jean, le programme d'enseignement de la pratique de sage-femme créé en 1979 à l'Université Memorial pour les infirmières ne survécut que jusqu'en 1986. Dès lors, les femmes désirant accoucher non pas à l'hôpital mais chez elles se virent contraintes d'avoir recours à des sages-femmes locales non-certifiées ou à faire venir une sage-femme de l'extérieur de la province.

Maintenant que la profession est reconnue, la région risque de payer le prix de cette longue traversée du désert : il va falloir, d'une part, trouver un moyen d'intégrer des sages-femmes dans un système de prise en charge des naissances déjà bien rôdé, mais aussi, et c'est peut-être plus difficile, trouver des sages-femmes, soit en les faisant venir de l'extérieur, soit en mettant en place un programme de formation. Le gouvernement provincial y travaille, mais cela risque de prendre du temps et de l'argent.

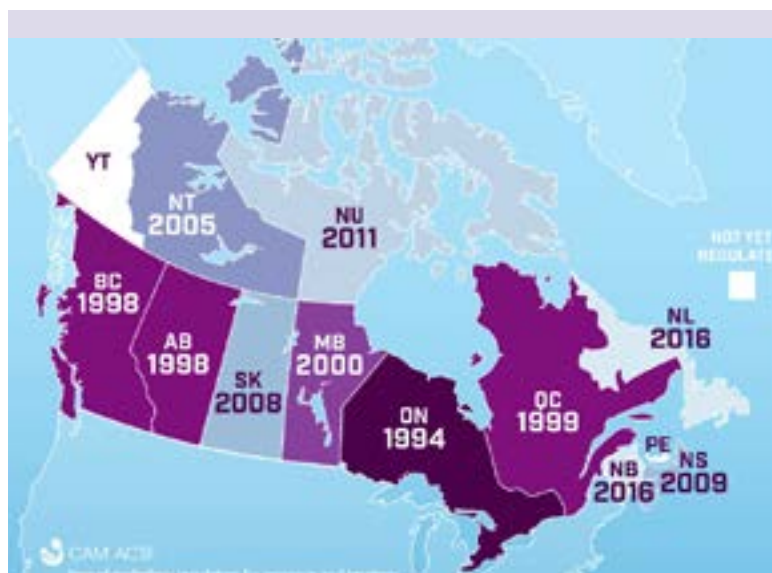


Image : Canadian Association of Midwives
Année de réglementation de la profession de sage-femme selon les provinces.

« La naissance est un moment tellement sacré »

En 2008, une seule doula, ou accompagnante à la naissance, officiait à Terre-Neuve. Quand Annie Marion est arrivée du Québec pour s'installer à Saint-Jean en 2011, elles étaient huit. Aujourd'hui, le collectif des doulas de Terre-Neuve-et-Labrador compte 25 membres. Annie Marion raconte ce métier en pleine expansion.

Aude Pidoux
Saint-Jean

« Quand j'ai accouché de ma première fille, cela a duré 46 heures, relate Annie Marion. La doula qui m'accompagnait nous a tellement bien soutenus, mon conjoint et moi, qu'après la naissance j'ai eu envie de redonner tous les soins et le soutien que j'avais reçu aux femmes suivantes, et j'ai entrepris une formation de doula. » Atablée sur le trottoir de la Rocket Bakery, à Saint-Jean, en robe et bras nus, Annie Marion profite d'un des premiers jours de soleil du printemps. Chaleureuse, elle sourit aux passants, échange quelques mots avec certains, salue des connaissances. Devant elle, plusieurs livres, brochures et papiers : toute une documentation pour lui permettre de mieux expliquer ce que fait une doula, aussi appelée « accompagnante à la naissance ».

« En tant que doulas, nous sommes là pour écouter les peurs, rassurer et démystifier l'accouchement. On fournit des informations basées sur des faits et des recherches sérieuses à la mère et au père ; on donne des outils, mais on ne donne pas de conseils. On respecte profondément les choix des futurs parents. » Après quelques rencontres prénatales, la doula se met à la disposition du couple pendant toute la durée de l'accouchement. Elle peut venir à la maison aux premières contractions, ou directement à l'hôpital. Pendant l'accouchement, la doula prodigue un soutien physique et émotionnel à la mère, par exemple en lui massant le dos, en appuyant sur des points d'acupression afin de soulager la douleur, en pratiquant l'aromathérapie, en suggérant diverses positions pouvant faciliter le travail, en rassurant ou encore en « traduisant » le jargon médical du médecin ou des infirmières dans un langage plus simple. La doula ne quitte les nouveaux parents que quelques heures après la naissance, une fois qu'ils sont bien installés avec leur bébé.

RÉCONFORT PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE

« Le plus grand rôle de la doula, c'est d'assurer à la maman une zone de confort et de sécurité pour qu'elle se sente à l'aise et

puisse accoucher comme elle l'entend », note Annie Marion. Alors que la sage-femme ou l'infirmière, de formation médicale, sont là pour s'assurer de la sécurité et de la santé du bébé et de la maman, la doula joue donc un rôle de réconfort physique et psychologique auprès de la mère, mais aussi du père. « En effet, parfois c'est le partenaire qui a le plus besoin d'une doula. Je soutiens beaucoup le papa : vu de l'extérieur, l'accouchement paraît souvent plus impressionnant qu'il ne l'est pour la femme qui accouche », raconte celle qui accompagne deux à quatre accouchements chaque mois.

La médicalisation généralisée des naissances, à partir des années 1950, a souvent fait oublier l'importance de la dimension psychologique de l'accouchement pour la femme enceinte. En effet, la confiance en soi, le bien-être et le soutien de personnes proches, c'est-à-dire la dimension émotionnelle, jouent un rôle important dans l'expérience de l'accouchement, montrent différentes recherches scientifiques. D'une manière générale, plus la femme parvient à se détendre, mieux se déroule son accouchement. Or, alors que les femmes d'autrefois accouchaient à la maison et entourées de femmes de leur famille et de proches, qui prodiguaient conseils et réconfort, une majorité des femmes d'aujourd'hui accouchent dans un environnement qu'elles ne connaissent pas – l'hôpital – et entourées, outre leur conjoint, de personnel médical inconnu qui change selon l'horaire ; des conditions qui peuvent se révéler stressantes, malgré les efforts faits par les hô-

pitaux pour rendre l'ambiance des salles d'accouchement plus chaleureuses.

DÉMÉDICALISER LA NAISSANCE

Même si le recours à une doula reste un phénomène minoritaire (des chiffres précis n'existent pas pour le Canada, mais aux États-Unis, 6 % des accouchements se sont déroulés en présence d'une doula en 2013, contre 3 % en 2006), le nombre de doulas ne cesse d'augmenter depuis une quinzaine d'années, comme le montre l'exemple de Terre-Neuve.

« Je constate un phénomène de retour aux sources. Je trouve beau de démedicaliser le processus de la naissance, remarque Annie Marion. La présence d'une doula pour un accouchement dans un milieu hospitalier permet d'atteindre un juste équilibre entre sécurité médicale et confort émotionnel. » Annie Marion constate que d'une manière générale, le personnel médical réserve un bon accueil aux accompagnantes à la naissance. « Les infirmières, surtout les plus jeunes, sont de plus en plus ouvertes à la présence d'une doula, de même que les médecins, en particulier les médecins de famille. On travaille en équipe. Généralement, les accouchements se passent mieux avec une doula, et cela réduit le taux de césarienne de moitié... selon les statistiques. Beaucoup de femmes me disent, après coup, qu'elles ne savent pas comment elles auraient pu accoucher sans doula. »

Depuis sa formation de base d'accompagnante à la naissance



Photo : Courtoisie d'Annie Marion

Annie Marion (à gauche) pose avec Ina May Gaskin, célèbre sage-femme américaine qui a créé en 1971 l'un des premiers centres d'accouchement hors hôpital des États-Unis. Elle est souvent surnommée « la mère des sages-femmes authentiques ».