



Une scène extraite d'*Accoucher autrement*, le documentaire de Camille Teixeira, en salles depuis le 22 janvier

Accoucher autrement UN CHOIX DE COUPLE

De plus en plus de femmes veulent donner la vie de manière naturelle, sans médicalisation. Une façon de vivre pleinement leur accouchement. Par Ségolène Barbé

Episiotomies non consenties, injections d'oxytocine à outrance pour accélérer les contractions, manque d'empathie des praticiens... Depuis peu, le débat sur les violences obstétricales prend de l'ampleur, et les langues se délient. Seules 58% des femmes* disent avoir vécu un accouchement conforme à leurs souhaits. Elles sont nombreuses désormais à vouloir donner la vie plus naturellement – à domicile, en maison de naissance – pour aller au bout de leurs sensations, et faire de cette naissance un vrai projet de couple. « C'est aussi une démarche écologique qui va de pair avec le désir de consommer et de vivre plus naturellement, sans produits chimiques ni médicalisation excessive », analyse la réalisatrice Camille Teixeira, dont le documentaire *Accoucher autrement* vient de sortir. Aujourd'hui, en France, sur les quelque 800 000 naissances annuelles**, seules 1% ont lieu hors maternité (en maison de nais-

sance, à domicile ou en route vers l'hôpital), mais les alternatives se développent. Depuis 2016, huit maisons de naissance ont vu le jour pour une expérimentation de cinq ans, avec un « niveau de sécurité satisfaisant », selon un premier rapport rendu public en novembre dernier.

Un label pour faire évoluer la bientraitance

Dans les maternités aussi, les équipes sont sensibilisées aux besoins des mères : 44 maternités bénéficient aujourd'hui du label Ihab (Initiative hôpital ami des bébés), tandis que le Collège national des gynécologues et obstétriciens français vient d'annoncer la création du label Maternys « pour faire évoluer les pratiques de la bientraitance ». Finalement leur plus beau cadeau pour ce jour si unique. ●

* Etude Safe Motherhood For All, 2017.

** Enquête nationale périnatale, 2016.





« A la maison, avec la sage-femme, j'étais prête »

Dès mes trois mois de grossesse, j'ai fait le suivi global avec la même sage-femme. Sophrologie, yoga, travail sur la respiration... Elle m'a énormément aidée à gérer mes émotions. Accoucher sans péridurale, cela exige une préparation, un peu comme pour un sportif de haut niveau. Le jour J, je ne me sentais ni inquiète ni stressée. Lorsqu'elle est arrivée à 4 heures du matin avec un grand sourire, je savais qu'elle était là pour nous accompagner, j'avais hâte de rencontrer mon bébé. J'ai pris un bain, je pouvais boire et manger si je voulais... Lorsque j'ai senti l'envie de pousser, je me suis mise à genoux et en trois poussées, ma fille Mira était là. C'est une réelle fierté, une vraie puissance de pouvoir aller au bout de ses sensations. Cela donne confiance en soi. Un lien très fort se crée avec le bébé car on est une équipe.
Camille, 33 ans, a accouché à la maison



« JE VOULAIS ÊTRE ACTRICE DE MON ACCOUCHEMENT »

Accoucher en maison de naissance, c'est tout un cheminement qui se fait avec son conjoint: il faut qu'il soit d'accord avec le projet, prêt aussi à voir sa femme souffrir... Lorsque Charlotte est née, j'ai eu mal, j'ai senti mon corps s'ouvrir mais je m'étais préparée à cette douleur. J'avais envie de vivre cette épreuve physique, ce dépassement de soi, pour être actrice de ce qui allait se passer. La sage-femme rassure, aide, mais elle ne dirige pas le travail. Dans cette chambre où j'étais seule avec elle et mon conjoint, où j'avais apporté mes draps, je me sentais protégée, comme dans une bulle. Accoucher en maison de naissance, c'est un vrai choix en matière de santé et de parentalité.
Julie, 36 ans, a accouché en maison de naissance



Marjolaine Cordier
sage-femme à la maison de naissance Calm

« LES FEMMES VEULENT ÊTRE RESPECTÉES »

A la maison de naissance Calm, à Paris, nous refusons plus de 70% des demandes de prise en charge qui, depuis quatre ou cinq ans, ont beaucoup augmenté. Les femmes veulent bénéficier d'un suivi global avec une seule sage-femme qui sera là le jour de l'accouchement. Elles recherchent une personne de référence car, dans le parcours hospitalier français, elles voient souvent quelqu'un de différent chaque mois; et le jour J, elles ne reconnaissent pas les visages des gens présents dans la salle d'accouchement. Certaines ont eu de mauvaises expériences et ont envie d'autre chose pour leur deuxième ou leur troisième enfant, mais nous avons aussi beaucoup de demandes pour des premières naissances. Le consentement est très important pour elles: elles veulent comprendre leur corps, être respectées, et non se sentir infantilisées ou subir des gestes réalisés sans leur accord.



« Une chance pour ma fille d'être née dans l'eau »

Je suis née à la maison et, à 7 ans, j'ai assisté, avec mes sœurs, à la naissance de mon frère. Pour nous, c'était une fête. Pour mon troisième enfant, j'ai pu accoucher dans une baignoire. Des études ont montré que l'eau a un effet antalgique sur les contractions. Mais, en France, où la naissance reste très médicalisée, il existe peu de maternités où il est possible d'accoucher dans une baignoire. Dans l'eau, il ne peut y avoir ni perfusion, ni épisiotomie, ni péridurale... ce qui suscite encore de la méfiance. J'ai vécu l'accouchement de mes rêves, un moment intime et doux, où je me suis sentie accomplie. Ma fille n'a pas pleuré quand elle est née, elle était tranquille. Cette naissance est un cadeau pour le reste de sa vie, un moment fondateur qui l'aidera à être plus zen dans les moments difficiles.
Anne-Laure, 34 ans, a accouché dans l'eau, naturellemaman.com.



« GRAND BIEN VOUS FASSE! »
AVEC ALI REBEIHI



À 10 HEURES, DU LUNDI AU VENDREDI, SUR FRANCE INTER

Ecoutez « Grand bien vous fasse! » sur France Inter, du lundi au vendredi, de 10 h à 11 h, et retrouvez ce mardi Marie-Laure Zonszain, chef de service Actu à Femme Actuelle, au micro d'Ali Rebeih.