

Santé

«La parole se libère aussi sur l'infertilité»

Dans le livre «Génération infertile? De la détresse au business», trois journalistes enquêtent sur un tabou: l'hypofertilité. Médecins, sociologues, psychologues, démographes et couples passent au crible ses causes et ses conséquences

Sérolène Barbé

Sommes-nous plus infertiles qu'avant? Est-ce la faute de notre environnement? De notre mode de vie? Comment se vit aujourd'hui cette difficulté à avoir des enfants? Trois journalistes trentenaires dont la vie a été bousculée par l'infertilité ont mené l'enquête sur ce sujet encore tabou qui concerne 18 à 24% des couples hétérosexuels. Dans *Génération infertile? De la détresse au business, enquête sur un tabou* (Ed. Autrement), Estelle Dautry, Pauline Pellissier et Victor Point donnent la parole à des scientifiques mais aussi à de nombreux couples engagés dans un parcours de PMA. Leur objectif: lever le voile sur une réalité souvent méconnue et améliorer la prise en charge de tous ceux qui peinent à devenir parents.

Comment vous est venue l'idée de ce livre?

Pauline Pellissier: Victor et Estelle, de même que mon conjoint et moi-même, avons dû recourir à la PMA [procréation médicalement assistée] pour devenir parents. Nous nous sommes beaucoup documentés sur ce sujet et il nous a semblé qu'il manquait une enquête transverse, qui donne la parole à des médecins, des sociologues, des psychologues, des démographes... mais aussi à des couples concernés par la question. Nous avons construit un long questionnaire que nous avons diffusé notamment via les réseaux sociaux: près de 500 personnes y ont répondu.

Estelle Dautry: Nous avons voulu montrer la diversité des parcours et des vécus selon l'âge, la situation financière, la région, le rapport de chacun à son infertilité... Nous avons aussi interviewé des personnes qui ont été suivies à l'étranger pour des dons d'ovocyte ou de sperme, d'autres dont le projet d'enfant n'a jamais abouti. Les FIV [fécondations in vitro] ne sont pas une solution miracle:

seules 40% d'entre elles permettent d'avoir un bébé après huit ans de parcours.

Peut-on dire que l'infertilité a augmenté ces dernières années?

Victor Point: L'infertilité n'est pas une stérilité mais plutôt une hypofertilité, une difficulté à avoir des enfants. On estime qu'aujourd'hui un couple sur six ne parvient pas à avoir un enfant après un an d'essai mais les chiffres sont un peu biaisés car ils ne reposent que sur le parcours médical. Selon une étude suisse*, 50% des couples infertiles ne consultent pas et 20% attendent plus de deux ans avant de faire appel à un médecin.

Pauline Pellissier: La production spermatique baisse depuis les années 1940, partout dans le monde. Selon l'épidémiologiste américaine Shanna H. Swan, le nombre de spermatozoïdes produits dans les pays occidentaux aurait chuté de 59% entre 1973 et 2011. Elle affirme même que si cette courbe se poursuit sur sa lancée, la majorité des couples devrait avoir recours à la PMA à partir de 2045. Si votre fertilité est un peu altérée et que vous rencontrez quelqu'un de très fertile, vous n'aurez peut-être aucun mal à avoir des enfants, mais la difficulté peut venir de la rencontre entre deux partenaires peu fertiles, ce qui risque de se produire plus souvent dans les années à venir...

Comment expliquer cette évolution?

Estelle Dautry: Même si leur effet est difficile à mesurer avec précision, plusieurs études pointent le rôle néfaste des perturbateurs endocriniens sur le fonctionnement hormonal des hommes comme des femmes. Ils peuvent aussi avoir des conséquences sur le bébé à naître, qui aura une réserve ovarienne plus faible que la moyenne ou bien des spermatozoïdes de moins bonne qualité...

Pour mettre toutes les chances de son côté, on peut essayer de changer un peu son mode de vie – manger bio, faire attention à ses cosmétiques ou à la peinture dans les chambres – mais il ne faut pas non plus en faire une injonction supplémentaire pour les couples qui en subissent déjà beaucoup. Ce n'est pas parce qu'on bannit les plats en plastique du four à micro-ondes qu'on va tomber enceinte!

Victor Point: Certains comportements – tabac, alcool, alimentation, sédentarité – nuisent directement à notre fertilité. Il y a aussi l'augmentation de l'obésité ou encore la généralisation de la pilule qui tend à masquer des symptômes qui pourraient alerter... Mais le principal facteur reste le recul de l'âge auquel on essaye d'avoir un premier enfant (31 ans en Suisse en 2020 contre 26 ans en 1970, selon l'Office fédéral de la statistique). Avec l'âge, la réserve ovarienne diminue mais certaines pathologies déjà existantes peuvent également se renforcer: endométriose, SOPK (syndrome des ovaires polykystiques)...

Comment se vit l'hypofertilité aujourd'hui?

Est-ce qu'on ose davantage en parler?

Pauline Pellissier: Il y a vingt ou trente ans, on gardait cela pour soi. Aujourd'hui, l'infertilité est évoquée dans des séries (*Friends* et *Sex and the City* ont été parmi les premières à l'évoquer), par des influenceuses, dans des podcasts (*Sur le FIV, Alors c'est pour bientôt, Arrête d'y penser!*...). Comme sur d'autres sujets intimes (les violences sexuelles, la dépression post-partum...), la parole se libère aussi sur les réseaux sociaux. Il est souvent plus facile d'évoquer son infertilité sur un groupe Facebook qu'avec ses amis qui ont déjà des enfants et qui peuvent faire preuve de maladresse...

Victor Point: Pour les hommes, le sujet reste très difficile à évoquer. Dans l'imaginaire collectif, l'infertilité masculine reste souvent associée à l'impuissance alors que cela n'a rien à voir. Certains médecins prescrivent même des examens et des traitements à la femme, sans même vérifier que tout va bien chez le mari... Qu'ils soient ou non à l'origine de l'infertilité, les hommes se sentent souvent mis à l'écart du processus lors d'un parcours de PMA.

Quelles sont vos recommandations pour que cette infertilité soit mieux prise en charge?

Victor Point: Encourager les hommes à s'impliquer davantage, à prendre en main leur santé sexuelle dès la fin de l'adolescence. Un homme peut être infertile à 40 ans car il a été porteur sain d'une MST attrapée à 20 ans sans le savoir...

Estelle Dautry: Légiférer pour limiter l'impact des perturbateurs endocriniens, proposer à tous ceux qui le souhaitent un bilan de fertilité gratuit vers la trentaine, consacrer davantage de moyens à la recherche et à la PMA (généraliser par exemple le diagnostic préimplantatoire afin d'améliorer le taux de réussite des FIV...), lever le voile, enfin, sur les violences obstétricales et gynécologiques... Les soignants ne sont pas encore suffisamment formés pour accompagner les personnes infertiles. ■

* «Détresse psychologique des couples infertiles: une approche globale», Dr Elodie Girard, Dr Vasiliki Galani, Simona Toma et Dr Isabelle Streuli, «Revue médicale suisse», février 2017.

> A vrai lire

La chronique de Salomé Kiner

Be water, my friend*

Vous vous réveillez un matin et le monde tel que vous l'habitez a changé de visage. Une guerre, une pandémie, un drame personnel. La terre s'ouvre sous vos pieds, l'horizon devient vertical, mais physiquement, vous êtes intacte. Il faut continuer à manger, à dormir et à respirer. Comment faire sens face au désastre? Il n'y a pas de solution mais il existe des palliatifs, et la littérature en fournit quelques-uns.

Quand Colombe Boncenne apprend que sa mère est atteinte d'une leucémie, elle l'accueille immédiatement chez elle. En marge des hospitalisations et des caprices de la maladie, l'autrice mène une enquête familiale sur les violences subies par plusieurs générations de femmes. Il y aurait tout pour s'explorer et pourtant *Des Sirènes*

Toutes les deux semaines, l'écrivaine et journaliste Salomé Kiner observe l'époque à travers le prisme d'une œuvre littéraire de son choix

brille comme du plancton dans nos jours transformés en nuits. Et comme lui, il nous oxygène. Renouant avec les fonctions originales de la fiction, la mythologie collective

vient au chevet de la tragédie intime: brassé par Colombe Boncenne, le trauma se dilue dans les figures régénérantes et fantasmagoriques de la sirène. Ici, la créature aqua-marine ondule dans un bain amniotique salé aux larmes mais condimenté de symboles et d'étymologies réconfortants.

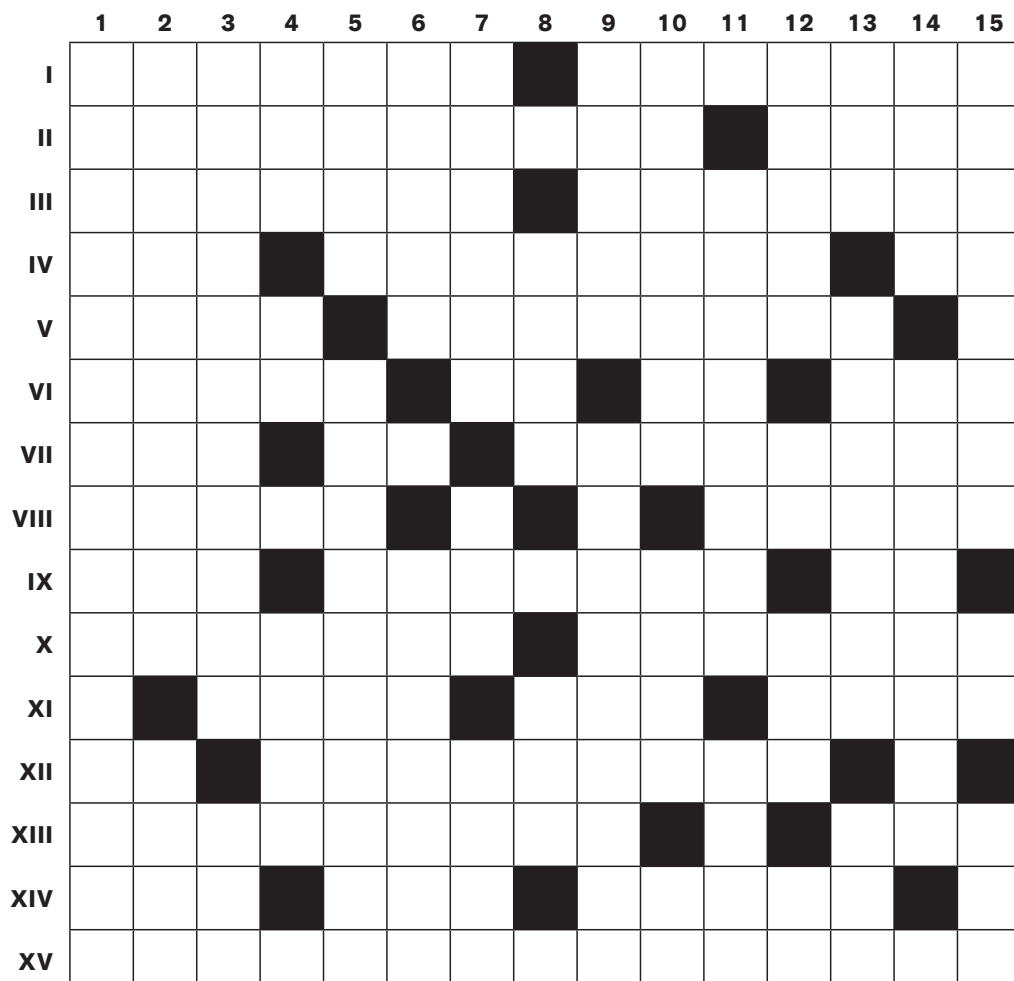
Au terme d'un procédé alchimique et sémantique, l'épreuve se transforme en récit puis en livre; elle devient universelle. Car Colombe Boncenne a de la pudeur, de la délicatesse, de l'humour et de la ressource. Une douceur émane d'elle jusque dans ses colères. Pas cette douceur qu'on prête aux âmes féminines et fragiles, mais une forme de souplesse qui réussit à transformer l'adversité en rituel: «Les sirènes ne meurent pas, elles deviennent écume», confie-t-elle pour nous consoler après l'enterrement de sa mère sur l'île qu'elle aimait tant.

Une guerre, une pandémie, un drame personnel: comment affronter des événements qui nous dépassent? Dans le soin accordé à l'autre, nous chantent les *Sirènes*. A défaut d'empêcher, on peut accompagner. En cuisinant, en patientant, en écoutant, en caressant. En s'émerveillant de ce qui résiste à la perte, en cherchant la beauté dans un bras amaigri, la dignité dans une phrase, la malice dans un silence. En n'affirmant rien, en questionnant tout: «Finalement, je me suis laissée aller, j'ai raconté. La maladie de ma mère, Farrell, Selma, mes confessions, le groupe, la sirène, mes craintes, mes cauchemars. Je ramifiais, des nœuds se formaient, d'autres se déliaient.» Ou comment le langage vient parfois au secours de l'existence faite chaos. ■

* «Be water, my friend», ou «Sois de l'eau, mon ami» est une expression de Bruce Lee.

Colombe Boncenne, «Des Sirènes», Ed. Zoé

Mots croisés Philippe Dupuis



Grille 16

Horizontalement I Préparé pour aller au feu. Préparés pour aller au feu. **II** Ont perdu toute leur rudesse. Fait tout petit. **III** En deuxième lieu. Partie de la fugue. **IV** Son droit n'est pas toujours respecté. La relativité était au centre de ses préoccupations. Un peu d'égalité. **V** Supports dans les charnues. Les cinquante filles de Doris. **VI** Convient. Structure d'entreprise. Droit pour tracer. Dieu du tonnerre. **VII** Voisin de la daurade. Répété dans nos rires et nos larmes. Fixera solidement. **VIII** Essaie de suivre. Ne circulent plus à Rome. **IX** Brève communication. On le retrouve à l'office et à l'officine. Doublé chez Nini. **X** Conviennent parfaitement. Née dans les Vosges, elle rejoint le Rhin à Coblenze. **XI** Prends la porte. Le bon compte pour aller au trou. Cours africain. **XII** Chez les Grecs. Des milliards de neurones en tête. **XIII** Évite aux fils et aux tuyaux de s'emmêler. Homme de compagnie. **XIV** Fait l'innocent. Brille à London. Suivis à distance. **XV** Pour les suiveurs de Charles de Beaumont.

Verticalement 1 Permet de retrouver son calme et son sang-froid. **2** Un signe qui a du sens. Rapprocher solidement. **3** Mis des atomes dans la production énergétique. Facilite le tirage. **4** Arme de chasse. Note. Compositeur italien. **5** Comédons enflammés. Son monde est sur les planches. **6** Dante a inspiré sa Porte de l'Enfer. Fermes et déterminés. **7** Dans les airs, en musique et dans l'espace. Fragile porteur à protéger. Division monétaire. **8** Attaque sévèrement nos poumons. Dérange en tête. **9** Un soupçon d'agrumes. Richeement chargés et colorés. **10** Le feu à la charpente. Pas facile à partager. Parti. **11** Maintiennent les charges en place. Entre Huron et Ontario. **12** Aimable et courtois. Entre en liesse. Personnel. Premier tour du cadran. **13** Existe. N'aboutira à rien. Les associés en réduction. **14** Travaille sur l'œil. Au courant de nos confidences. **15** Prendras place. Fin de dictée. Pas malin.

Solution de la grille 15

Horizontalement I Inextensibilité. **II** Nénies. Écoliers. **III** Tuant. Épaule. Is. **IV** Er. Gendarmet. **V** Roturière. Ténor. **VI** CNN. Âne. Et. Tri. **VII** Hépatite. Pré. Gl. **VIII** As. Nase. Biennal. **IX** Agueris. Aine. **X** Gémir. Ainsi. Ver. **XI** Épines. Agente. **XII** Arceaux. Or. Aloï. **XIII** Uber. Alcade. **XIV** Lili. Ironie. Gin. **XV** Électrocutérent.

Verticalement 1 Interchangeable. **2** Neurones. EPR. Il. **3** ENA. TNP. Amicale. **4** Xingu. Angine. Ic. **5** Téter. Taureau. **6** Es. Niase. Subir. **7** Édentera. Xéro. **8** Séparée. Ria. Roc. **9** Icare. Bingo. Nu. **10** Boum. Épissierait. **11** Illettré. In. Lee. **12** Liane. Ena (âne). Tac. **13** le. TNT. Nivelage. **14** Tri. Organe. Odin. **15** Essorilleraient.