



L'accompagnement *Global*

« Etre enceinte n'est pas une maladie. »

propos recueillis par Cécile Bercegeay

Nous avons rencontré Paloma Chaumette, sage-femme libérale, dans son cabinet parisien où elle reçoit les futurs parents pour les guider au mieux dans cette aventure unique qu'est l'arrivée d'un enfant.



crédit photo: Paloma Chaumette



GTao : Comment vivez-vous votre métier de sage-femme aujourd'hui ?

Paloma Chaumette : La sage-femme vit une situation difficile depuis que les obstétriciens ont pris notre métier en main. Etre sage-femme est une profession médicale, mais nous ne sommes pas médecins. Nous pouvons faire des prescriptions, nous avons des responsabilités, un code de déontologie, mais nous avons du mal à garder notre indépendance. Dans les hôpitaux, c'est le chef de service qui décide de ce que nous pouvons faire dans son service. Il y a une dizaine d'années encore, le Président du Conseil de l'Ordre des sages-femmes était un médecin obstétricien. Aujourd'hui, c'est une sage-femme.

La relation de confiance est essentielle.

GTao : Quel meilleur endroit pouvons-nous souhaiter pour accoucher et donc arriver au monde ?

P. C. : La solution se trouve peut-être dans les maisons d'accouchement, c'est-à-dire un endroit sécurisé où il y aurait la possibilité d'accoucher « comme à la maison » tout en gardant l'hypertechnicité à proximité en cas de complication. Est-il nécessaire que ce soit une maison spéciale ? Cet espace pourrait se trouver à l'intérieur même des maternités. En tant que sage-femme libérale, j'utilise les plateaux techniques* de différentes maternités où l'on respecte la naissance, où l'on ne considère pas qu'être enceinte soit une maladie. D'ailleurs je ne pense pas que les femmes choisissent d'accoucher à domicile parce qu'elles le préfèrent, mais plutôt parce qu'elles refusent l'hypermédicalisation habituelle.

GTao : En quoi les progrès technologiques peuvent-ils venir perturber l'accouchement dit « naturel » ?

P. C. : Aujourd'hui en France, 9 femmes sur 10 accouchent ou pourraient accoucher de manière naturelle. Or presque 9 femmes sur 10 accouchent avec une péridurale, souvent de confort. Nous ne sommes donc plus dans le cadre d'un accouchement naturel, car qui dit péri-

durale dit perfusion, intervention de l'anesthésiste, surveillance de la tension, du monitoring et injection d'ocytocine pour augmenter les contractions. A ce moment-là, c'est un accouchement dirigé qui ne laisse plus le rythme spontané s'exprimer. Le problème est que les mères ont été amenées à faire ce choix qui n'était pas le leur, et c'est cette manipulation qui me dérange. Il faut savoir que la France est l'un des pays d'Europe qui a le taux le plus élevé de péridurale. Ceci étant dit, la péridurale peut se révéler nécessaire et merveilleuse en cas de blocage. Avant qu'il y ait la péridurale, les sage-femmes patageaient dans les anti-spasmodiques et autres morphiniques qui étaient beaucoup plus dangereux pour le bébé et beaucoup moins confortables pour la mère. Un des cadeaux de la péridurale est d'avoir aujourd'hui la présence précieuse d'un anesthésiste donc d'un médecin, en permanence. C'est une sécurité extraordinaire qui n'existait pas auparavant.

GTao : Ne perdons-nous pas aussi l'espace sacré et initiatique de la naissance dans l'anesthésie de nos ressentis ?

P. C. : Les femmes le vivent d'une autre façon. Aujourd'hui les anesthésistes pratiquent des péridurales beaucoup plus légères pour qu'il subsiste du ressenti. Mais pour moi, ce n'est pas seulement une histoire de ressenti. Accoucher naturellement, c'est recueillir la gloire, cette chose qui fait que le corps exulte d'avoir dépassé la difficulté, d'être allé jusqu'à ses propres limites, car il n'est pas question de forcer toutes les femmes à accoucher sans péridurale mais au moins de s'essayer sur ce chemin-là. C'est parfois au moment où il y a la vraie difficulté, au moment où il faut se laisser « écarter » les chairs pour que la vie puisse jaillir que certaines femmes refusent. C'est pourtant justement là qu'il y a cette fierté si particulière pour une femme. C'est aussi le moment où cette mère sent, contraction après contraction, la même chose que sent son enfant.

GTao : Comment se déroule un accompagnement global ?

P. C. : La future maman choisit une sage-femme qui la suivra tout au long de sa grossesse, pendant et après



crédit photo : Paloma Chaumette



PORTRAIT

D'abord comédienne, Paloma Chaumette décide de devenir sage-femme lors de son second accouchement. Elle travaille au sein des hôpitaux avant de devenir sage-femme libérale. Elle totalise aujourd'hui plus de 38 ans d'expérience. Elle est également acupunctrice. Pour tout savoir sur l'accompagnement global et trouver des adresses, découvrez son ouvrage : Parents et sage-femme : l'accompagnement global, paru aux Editions Yves Michel.



l'accouchement. Celle-ci devient alors l'interlocutrice privilégiée d'un bout à l'autre de l'aventure. Il y aura aussi les visites mensuelles pour le suivi médical de sa grossesse qui est en même temps l'occasion de garder un suivi relationnel et d'apprendre à mieux se connaître. La relation de confiance est ici essentielle. Si la future maman a confiance en la sage-femme qu'elle a choisie, elle aura confiance en elle. Sur toute la période de la grossesse, sept cours de préparation à l'accouchement sont organisés. C'est de cette manière que l'on arrive peu à peu à l'accouchement avec une maman rassurée et bien préparée. Quand le jour arrive, nous partons ensemble vers la maternité qu'elle a choisie pour accoucher. Je suis là ensuite pour le suivi post-natal et pour la rééducation périnéale, autrement dit, j'accompagne une femme pendant au moins une année.

GTao : L'accompagnement global semble permettre à la mère de s'acheminer vers un véritable processus de maturité et d'accomplissement.

P. C. : Un climat d'amitié s'est installé durant cette période d'accompagnement pour que l'accouchement se passe bien et de la manière la plus triomphale possible pour elle, qu'elle puisse goûter cette magie, cette joie de voir ce dont elle est capable, ce qui lui permet de sentir qu'elle est capable d'élever son enfant puisqu'elle a été capable de le mettre au monde. En cela la naissance d'un enfant est profondément initiatique et sacrée parce que tout se passe en dehors de notre volonté. A un moment, cela nous échappe et il se passe ce qu'il doit se passer.

GTao : Les couples qui viennent vous voir ont-ils déjà une manière différente d'aborder la naissance ?

P. C. : En effet, ils ont déjà cherché une autre forme d'accompagnement que la filière classique. Ils ont déjà une maturité face à la naissance alors c'est merveilleux, ils sont

extraordinaires, même si chacun rencontre des difficultés. Les chiffres parlent pour eux. Avec 7% de péridurale, c'est très peu. La clientèle qui vient ici se sélectionne d'elle-même parce qu'il y a déjà un choix de fait, et qu'il existe peu de sages-femmes libérales. Et puis, leur choix nécessite un effort financier puisqu'à l'hôpital ils n'auraient apparemment rien à payer. Ce n'est pourtant pas une clientèle riche, mais plus consciente de leur choix et tout est donc facilité.

GTao : Vivez-vous votre métier comme un engagement ou comme un acte militant ?

Celle-ci devient l'interlocutrice privilégiée.

P. C. : Non, je pense le vivre comme un délice. J'ai eu envie de devenir la sage-femme que je suis maintenant en faisant un détour par les sages-femmes hospitalières.

Aujourd'hui je m'offre le plaisir, même si c'est fatigant, de vivre les dernières années de ma vie active exactement ou presque comme je le souhaite.

GTao : Etes-vous confiante sur la création de futurs lieux de naissance, plus humains et plus accueillants ?

P. C. : Oui, les choses changent. D'ailleurs, il va être construit, au cœur de l'hôpital Trousseau, une grande maternité hypermédicalisée, et juste à côté, une maternité plus douce et confortable. Il y a aussi un projet de maison de naissance à Parly 2 qui sera gérée par des sages-femmes libérales. Cela donnera un autre visage à la maternité, avec une vraie sécurité affective basée sur la confiance. ■

* Qu'est-ce qu'un plateau technique ? La sage-femme libérale signe un contrat avec des hôpitaux publics ou des maternités privées qui, moyennant une redevance, l'autorisent à venir faire accoucher ses patientes et profiter des locaux, du matériel, quelque fois très sophistiqués, et du personnel de ces lieux. Ainsi Paloma Chaumette est-elle associée à plusieurs maternités situées non loin de son cabinet comme la Clinique des Martinets à Rueil-Malmaison en banlieue parisienne par exemple.

LES CONSEILS DU NATUROPATHE

Ça y est, « bébé » est conçu. La future mère s'applique durant ces neuf mois, à suivre une hygiène de « vie » pour optimiser le capital santé du futur bébé avec : une alimentation riche en fruits et légumes (le plus de cru possible). La femme ne doit pas manger pour deux. Elle doit choisir la qualité dans les aliments. Manger « bio » autant que possible, pour ne pas laisser filer, à travers le placenta, des substances toxiques pour le fœtus. Priorité est donnée aux aliments qui donnent la vie. Il va de soi, que toute drogue est ainsi écartée : tabac, alcool, médicaments. Une oxygénation quotidienne avec les trois respirations de base : abdominale, thoracique et claviculaire. Maîtrisées, elles faciliteront l'accouchement. Si les sports violents sont à éviter, l'exercice est conseillé et plus particulièrement, pour éviter la sciatique, muscler les muscles du périnée. La relaxation contribue à entretenir ou retrouver la paix intérieure, le bain chaud quotidien permet de faciliter la détente, les échanges cellulaires, contribue à l'élasticité du tissu cutané. La friction bi quotidienne du ventre aux huiles végétales additionnées d'huiles essentielles pour éviter les vergetures. Une élimination intestinale quotidienne, à stimuler, si besoin est avec des plantes hépatiques et intestinales, des huiles ou des sels ou l'utilisation de la douche rectale. Du repos, cultiver la joie de vivre. Les vêtements doivent être amples. Et bien sûr, les massages sont bénéfiques : ils détendent, soulagent le dos, les jambes... Pratiqués par le père, ils représentent également un moyen d'entrer en contact avec le bébé.

Philippe Dargère, directeur de l'École de Naturopathie « Univers » et de la formation « Doula » & Max Ploquin, gynécologue-accoucheur