

Isabelle Brabant :

Une sage femme pour délivrer la naissance

Parallèlement à la multiplication des demandes des parents pour une plus grande humanisation des naissances, quelques figures se sont mobilisées pour redonner aux sages-femmes une place plus ample dans l'univers des métiers qui entourent la grossesse et l'accouchement. Parmi celles-ci nous comptons Isabelle Brabant, sage-femme canadienne et auteure du livre « Vivre sa grossesse et son accouchement. Une naissance heureuse ».

Ce livre a été publié pour la première fois en 1991. Très vite, il s'est transformé en un des ouvrages de référence pour les femmes qui cherchaient des réponses souvent introuvables ailleurs. Des femmes pour qui « Vivre sa grossesse et son accouchement » est devenu une sorte de bible que l'on consulte en toute occasion : apaiser ses peurs, dissiper des doutes, trouver une solution à un petit inconfort physique propre à la grossesse ou tout simplement pour se préparer aux sensations qui viendront plus tard, pendant l'accouchement.



Une deuxième édition, re-visitée et nourrie d'un chapitre sur la physiologie de l'accouchement est publiée en 2003 en Europe. Isabelle Brabant a voulu proposer une description différente de celui-ci, souvent traité de manière technique et froide dans la plupart des ouvrages. Pari réussi ! C'est un véritable plaisir de découvrir que les processus qui nous permettent de donner naissance n'obéissent pas à une équation identique pour toute l'Humanité et que les rythmes des femmes et des bébés sont divers. Il est profondément rassurant aussi de savoir que des sages-femmes qui sont à l'écoute de leurs patientes peuvent identifier et respecter ces différences de cadence et d'expression. Nous sommes loin des formules toutes faites, du style « si les contractions viennent toutes les x minutes, il est temps de se mettre en route vers la maternité ».

En effet, lorsqu'on recherche davantage qu'un suivi médicalisé de la grossesse, les oreilles les plus attentives aux besoins psychologiques et affectifs des mères et des couples se tournent bien souvent auprès des figures « ancestrales », comme ce sont les sages-femmes. Mais, attention ! Ne nous trompons pas : lorsque nous parlons de « figure ancestrale », nous n'abordons qu'une dimension de leur profession. Actuellement, ces professionnelles de la santé suivent une formation complète et rigoureuse, leur permettant d'assurer de manière autonome le suivi de toute grossesse et de tout accouchement normaux (non pathologiques). Si, en plus, nous nous trouvons face à une professionnelle qui, comme Isabelle Brabant, a plus de deux décennies d'expérience, nous pouvons être sûrs de la rigueur de l'approche.

Néanmoins, avec la généralisation des naissances à l'hôpital, la profession de sage-femme est longtemps passée au second plan. Leur formation, leurs connaissances et leur savoir-faire se sont vus soumis aux logiques hospitalières, les mêmes qui ont très souvent négligé les besoins d'intimité et de respect des rythmes de chaque femme et de chaque bébé. Dans le livre, les aspects psychologiques, relationnels et même philosophiques sont abordés. Par exemple, le premier chapitre « Le voyage intérieur » permet de réfléchir à la question de l'origine de la vie de manière rigoureuse, sans verser dans des tendances « new age », mais tout en gardant cette étincelle de spiritualité et de tendresse, si nécessaires lorsqu'on se construit en tant que mère.

Dans le même sens, comment vivre pleinement sa grossesse sans pouvoir mettre des mots sur nos sensations, nos doutes, nos peurs ? Comment faire des choix si personne ne nous explique que nous pouvons décider comment vivre notre grossesse et notre accouchement ? Car une naissance heureuse est aussi une question de choix en terme de préparation à l'accouchement : quel type de préparation à l'accouchement ? Un suivi par un gynécologue ou par une sage-femme ? Quels examens médicaux sont indispensables ? Quel lieu pour enfanter ? Souvent le schéma qu'on nous propose est univoque et restrictif. Selon certains professionnels, une grossesse pourrait se résumer à des prises de sang, des examens d'urine, des touchers vaginaux, des échographies tous les x, éventuellement une amniocentèse et un rendez-vous avec l'anesthésiste ! Or, ce qu'Isabelle Brabant nous présente est un débat conscient et res-

Naissance

pectueux de chaque geste à poser en tant que futurs parents. D'une manière générale on pourrait dire qu'elle nous libère et libère notre grossesse et notre accouchement en nous rendant plus conscientes et plus responsables.

Beaucoup de femmes trouvent dans cet ouvrage une source d'inspiration et d'apaisement, d'autres le consultent pour y trouver des conseils pratiques pour, par exemple, soulager les maux de dos, trouver soi-même la position du bébé dans le ventre, aider bébé à adopter une position plus propice à un accouchement naturel ou préparer une naissance à domicile – puisqu'un chapitre entier est consacré à ce choix-. Que ça soit pour y trouver des tuyaux pour mieux vivre la grossesse ou pour affirmer des choix qui sortent des sentiers battus, le livre d'Isabelle Brabant est une référence précieuse pour les futures mamans.

Ainsi, parmi les aspects qui sont négligés ou abordés de façon péremptoire et expéditive par la plupart de livres pour femmes enceintes et qui sont amplement discutés et approfondis dans « Vivre sa grossesse et son accouchement », il y a la question de la douleur des contractions et les moyens pour y faire face. Loin de proposer un débat stérile, qui se limite la plupart du temps au faux dilemme « pour ou contre » la péridurale, cet ouvrage aborde la douleur d'un point de vue différent. Des questions cruciales sont ainsi posées : quel sens a cette douleur pour moi ? Quelles souffrances passées y sont associées ? Quelles représentations et quels tabous ai-je intégré dans la construction de mon identité de femme qui m'empêchent de voir au delà de la douleur ? De nouveau, ne vous attendez pas à trouver des recettes-miracles ou des réponses simplistes. Isabelle Brabant vous invite à prendre en considération la liberté de mouvements, la position à adopter pendant la poussée, les sons, le toucher et tous ces détails qui relèvent du respect de l'intimité et de l'autonomie de la femme qui accouche.

Pourquoi ce livre est devenu un ouvrage de référence ? Il aborde tous les sujets auxquels une grossesse peut vous confronter : bonne nouvelle ou surprise, changements dans la vie de couple, préparation nécessaire de tous, visites prénatales, grossesse « à risques », handicap, avortement, fausse-couche, deuil, césarienne, interventions médicales durant la naissance (déclenchement, rasage). Outre ce mélange équilibré de rigueur et d'humanisme, de nombreux témoignages de jeunes mamans qui l'ont lu affirment que des chapitres comme « L'accouchement vu de l'intérieur » permettent de visualiser et d'imaginer assez précisément les puissantes sensations ainsi que les changements dans le corps et dans l'esprit qui surviennent lors d'une naissance. La raison de ce succès réside peut être dans le fait qu'on n'y parle pas de centimètres à dilater, mais de vagues qui vous rapprochent de votre bébé !

On pourrait presque dire que, parmi tous les outils susceptibles de vous préparer de manière globale à une naissance, qu'elle soit la première ou pas, lire « Vivre sa grossesse et son accouchement » est l'un des incontournables.



En savoir plus :

Conférences d'Isabelle Brabant :

«Vivre pleinement sa grossesse et son accouchement»

• **Vendredi 3 octobre à 19h30 - Ath :**

Auditorium de la Maison Culturelle, Rue du Gouvernement 1

Inscriptions : Florence au 0487 615 901 ou

contact@alternatives.be

• **Samedi 4 octobre à 20h - Libramont :**

Centre Culturel de Libramont, Avenue de Houffalize 56/C

Inscriptions : Emilie au 0477/47.49.63 ou

emilie@alternatives.be

PAF : 5€, gratuit pour les membres d'Alter-NativeS.

Plus d'informations sur les préparations à la naissance, la grossesse et la naissance, l'agenda des conférences-rencontres, des réunions d'échange parents/futurs parents, et bien d'autres thèmes et témoignages autour de la naissance sur www.alternatives.be, contact@alternatives.be

Prochaines soirées d'échange parents/futurs parents d'Alter-NativeS : des rencontres, de l'info, des témoignages... Les vendredis à 19h30, l'entrée est gratuite et la réservation est souhaitée par email à contact@alternatives.be ou auprès de l'animatrice. Informations et plans d'accès sur www.alternatives.be

- Vendredi 5 septembre : Mons (0486/11.34.54 – Anne)
- Vendredi 19 septembre : Bruxelles (0476/ 812 864 - Florence)
- Vendredi 3 octobre : Namur (081/433 110 - Laurence)
- Vendredi 17 octobre : Tournai (0472/45.83.41 - Sabine)
- Vendredi 31 octobre : Charleroi (0478/66.45.81 - Marylène) et La Roche-en-Ardenne (0477/47.49.63 – Emilie)
- Vendredi 14 novembre : Bruxelles (0485/74.79.20- Paola)