


PORTRAITS

TEXTE NATHALIE JOUAT

PROFESSION

VALÉRIE DUPIN



Je m'appelle Valérie Dupin, j'habite à Soisy-sous-Montmorency. Je suis doula : j'écoute et j'encourage les parents dans l'attente d'un bébé, je transmets l'expérience d'autres parents, j'apporte des informations pour leur projet de naissance et parental, je les soutiens le jour de l'accouchement. Pendant la grossesse, je les aide ponctuellement pour les courses, les repas, j'assure un relais auprès des aînés, j'entretiens avec la mère une complicité de femme à femme. En 1989, je suis devenue maman. J'habitais en Ecosse et j'ai trouvé l'accompagnement dont j'avais besoin pendant ma grossesse et au cours des premiers mois avec mon bébé. Par la suite j'ai eu envie de transmettre aux futures mères ce que l'on avait partagé avec moi : j'ai suivi des cours au National Childbirth Trust¹, puis je suis devenue éducatrice à la naissance. De retour en France, avec un groupe de huit co-fondatrices, nous avons créé l'association des Doulas de France en 2005, pour formaliser un code

— *Plus intime qu'un médecin,
moins personnel qu'un ami* —

éthique et une charte autour de ce métier émergeant. Nous voulions garantir une pratique respectant le cadre légal français et ne pas être accusées de pratique illégale de la médecine. Aujourd'hui l'accueil est encore mitigé... Les professionnels de la naissance ne comprennent pas toujours nos fonctions et notre utilité. On nous

attribue parfois l'étiquette de « secte », alors qu'au contraire nous sommes là pour créer du lien ! Heureusement, il y a aussi des maternités qui constatent qu'on respecte leur travail et que notre présence n'apporte que des choses positives.

Les doulas fixent librement leur rémunération. Dans la mesure où notre travail s'apparente au service à la personne, je recommande les chèques emploi service qui donnent lieu à des avantages fiscaux. Il faut compter en moyenne 400 à 500 euros pour un accompagnement pendant la grossesse et postnatal, avec présence à l'accouchement. Ces tarifs sont adaptables aux revenus des parents et peuvent aussi s'inscrire dans un système d'échange de services.

Les besoins de la mère et des parents varient. La doula est une tierce personne, à qui l'on se confie plus facilement : le père, les enfants, parfois même les grands-parents, peuvent nous parler pour exprimer leurs doutes. C'est plus intime qu'un médecin, moins personnel qu'un ami, c'est un cadre confidentiel et sans jugement... J'accompagne entre 15 et 20 couples par an, mais aussi des mamans seules. Être doula, c'est ma manière d'être militante, de recréer une belle solidarité féminine !

Le site des Doulas de France :
<http://doulas.info/>

¹ La plus importante association d'aide à la parentalité de Grande-Bretagne (<http://www.ncb.org.uk/>)

FEMMES à l'écoute des PARENTS

DOULA

MYRIAM ALVEZ

Je m'appelle Myriam Alvez, j'habite à Montevideo en Uruguay et je suis doula.

Mon premier accouchement ne s'est pas bien passé : une cascade d'interventions a laissé de profondes traces physiques et émotionnelles en moi. La colère m'a amenée à enquêter sur une autre forme de naissance. En 2005, j'ai commencé une formation de doula auprès de Dona Uruguay¹ et depuis, je me forme continuellement.

En Uruguay, les doulas travaillent en binôme : une doula de référence et une doula complémentaire assurent ainsi un accompagnement sans faille à la famille, surtout le jour de l'accouchement. Travailler à deux nous permet de nous soutenir, d'être plus efficaces et toujours disponibles.

Nous sommes des auxiliaires compétentes et polyvalentes des sages-femmes et/ou du médecin. Que ce soit pendant la grossesse ou le jour de l'accouchement, nous assistons la famille sur le plan émotionnel, pratique, physique ou affectif. Nous ne sommes pas là pour prescrire et délivrer des médicaments, mais réellement pour aider à faire face aux doutes et aux questions qui peuvent survenir. L'allaitement, par exemple, peut être un sujet de questionnement à la naissance d'un premier enfant, j'ai donc suivi une formation auprès de La Leche League² pour apporter des conseils justes et efficaces aux mamans.

Nous sommes près de 180 doulas certifiées en Uruguay. En 2008, le Ministère de la Santé a précisé notre rôle dans un document officiel intitulé « Normes de soins pour les femmes enceintes, en travail et en suites de couche » ; cela participe à notre reconnaissance mais le métier de doula reste très précaire, il est difficile d'en vivre... Des études ont été faites menées aux Etats-Unis³ et on sait que notre présence facilite les accouchements, abaisse diminue le taux de césariennes, de péridurales, d'extractions instrumentales. Sans pratiquer d'actes médicaux, la doula aide à mettre en place une atmosphère chaleureuse qui bénéficie à la famille et surtout au bébé.

Etre doula est une tâche fascinante, qui marque énormément ma vie au quotidien. Je vis chaque accompagnement avec beaucoup d'intensité et d'implication. C'est une grande chance et un privilège d'assister à l'espoir et à la beauté que nous sommes en mesure d'engendrer en aidant à donner la vie !



— *Aider à faire face aux doutes
et aux questions qui peuvent survenir* —

Site de Dona International :
www.dona.org

¹Dona International est le premier organisme de formation et d'information pour doulas au monde, avec une présence dans près de 20 pays.

²Une association internationale de promotion de l'allaitement maternel, qui opère notamment par soutien téléphonique.

³<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18507579> : l'Etude en question.