

UN NOUVEAU METIER DANS LES SERVICES A LA PERSONNE : LES DOULAS

Sources : Magazine « Défis » de juin 2005
et « La Nouvelle République du Centre » du 09/11/2008

Totalement méconnu en France, ce métier requiert de grandes qualités humaines.

Les doulas sont des accompagnantes à la naissance : en effet, le mot « *doula* » est un terme issu du grec ancien, qui signifie « *servante de la femme* ».

Cette profession est encore bien méconnue en France et est à bien distinguer de celle de sage-femme.

Selon le témoignage d'une doula, « *la femme qui accouche a besoin de se sentir reconnue et soutenue dans l'épreuve qu'elle traverse. Or, ce jour-là, la personne qui va l'aider à mettre son enfant au monde lui est, le plus souvent, inconnue et n'est pas forcément présente de bout en bout* ». L'accompagnante est donc là pour faire le lien, apporter une écoute et des conseils pendant la grossesse, et enfin un soutien moral durant l'accouchement.

Les doulas n'interviennent pas sur le plan médical.

Les parents qui contactent les doulas trouvent leurs coordonnées par le bouche-à-oreille ou bien sur les sites Internet lancés par la profession. Pour la plupart, ils aspirent à un accouchement peu médicalisé, sans péridurale par exemple, mais dans la sécurité d'un service de maternité classique.

En règle générale, trois rencontres ont lieu avant la naissance. Objectifs des intéressés : apprendre à se connaître et préparer l'accouchement. Techniques respiratoires, positions... toutes les questions sont abordées. C'est aussi l'occasion de préciser jusqu'à quel degré le père souhaite participer à l'événement, le jour J.

Lorsque, enfin, celui-ci arrive, l'accompagnante se rend disponible autant de temps que nécessaire. Sa propre expérience de l'événement l'aide à trouver le signe qui apaisera l'angoisse de la future mère. Des études menées en Amérique du Nord montrent que la présence d'une doula réduit significativement la durée des accouchements ainsi que le recours aux forceps, etc.

Pour autant, le rôle de l'accompagnante ne s'arrête pas là : si la famille le souhaite, elle apporte aussi des conseils lors du retour à la maison.

Toutefois, ce nouveau métier rencontre quelques réticences de la part du corps médical. L'académie de médecine considère que « *les sages-femmes, formées tant au plan médical que psychologique à l'écoute des couples, sont les accompagnantes idéales de la maternité physiologique qui requiert une expérience médicale acquise au cours d'un enseignement de qualité* ». Elle met en garde contre « *toute reconnaissance officielle de la formation et de la fonction des accompagnantes de la naissance ou des doulas* ». L'académie souhaite qu'il y ait « *davantage de sages-femmes en libéral ou dans les structures hospitalières pour leur donner plus de disponibilité et leur permettre de mieux accompagner les femmes au cours de leur grossesse, du travail et dans les suites de couches* ».

Pour en savoir plus sur le métier de « doula » :

- Revenus : la facturation pour un entretien est de 40 €. Il est d'usage de proposer une série de 3 rencontres durant la grossesse puis un dernier rendez-vous après la naissance. L'accompagnement hors de l'accouchement est facturé 300 € (non remboursés par la Sécurité Sociale).
- Statut : le métier d'accompagnante à la naissance se prête bien à l'exercice en profession libérale. Dans ce cadre, une simple déclaration à l'Urssaf permet de déclarer l'activité (*pour en savoir plus* : www.urssaf.fr).
- Horaires et Lieu : disponibilité est le maître mot pour ce métier qui ressemble plutôt à une vocation. Un accouchement peut nécessiter une présence de quelques heures à... plus d'un jour. Pour cette raison, une accompagnante ne pourra pas en suivre plus de deux ou trois par mois. Cela nécessite d'avoir une bonne organisation sur les plans familial et professionnel. Il est d'ailleurs conseiller de travailler en binôme avec une consœur pour faire face aux imprévus.
- Coût d'installation : pour démarrer, un téléphone portable et une voiture sont indispensables. En revanche, l'activité ne nécessite pas d'aménagement particulier car les visites préalables à l'accouchement ont lieu, le plus souvent, au domicile des futurs parents.
- Formation : bien que l'accompagnement à la naissance ne soit pas une profession médicale, il est indispensable d'acquérir des connaissances physiologiques, anatomiques, etc. sur la grossesse, l'accouchement et l'allaitement. En France, l'une des toutes premières formations a été mise en place en 2002. Elle est composée d'une partie théorique sanctionnée par un examen et suivie de stages pratiques. Le processus prend environ 2 ans. *Coût* : 900 € environ. *Contact* : ALNA (www.alna.fr).
- Contacts utiles :
 - www.doula.fr
 - www.doulas.org
 - ALNA (Association des Accompagnantes à la Naissance) : www.alna.fr
 - www.cochrane.fr (site recensant toutes les études médicales sur le sujet).
- Bibliographie : « *The Doula Book* », Perseus Books Group, novembre 2002 : de langue anglaise, ce livre est une référence sur le métier.