



L'ACCOMPAGNEMENT ET LA POLITIQUE DE PÉRINATALITÉ 2008-2018

« **La grossesse, l'accouchement et l'allaitement sont des processus physiologiques naturels (...) il faut rappeler cette nécessité de protéger le processus physiologique naturel de la naissance. Cela exige que l'on mette en place des environnements propices et que l'on conjugue les efforts autour de cette conviction.** Cela implique aussi que l'on respecte la personnalité de chaque femme, ses particularités, son rythme, son intimité. Par ailleurs, une telle approche n'exclut aucunement la nécessité d'exercer la vigilance requise, toujours dans le respect de l'autonomie de la femme et dans le respect de ses choix. »¹

« Agir avec humanité, c'est d'abord respecter le caractère physiologique naturel de la grossesse, de l'accouchement, de la naissance et de l'allaitement. Pour ce faire, **on verra à offrir des environnements propices au libre choix, à l'accompagnement et au soutien.** On adoptera une approche souple, ouverte et sensible aux besoins des enfants et des parents. »²

L'accompagnement, une mesure prometteuse pour diminuer le recours aux interventions obstétricales

« La recension des écrits montre divers effets de l'accompagnement apporté à la femme lors du travail : il diminue le risque d'une éventuelle dépression post-partum, il est un facteur d'accroissement de l'estime de soi chez la mère et du taux d'allaitement maternel. »³

« Une méta-analyse Cochrane de 15 études a montré que les femmes recevant le soutien d'une accompagnante durant leur travail avaient 26 % moins de chances d'avoir une césarienne, 41 % de moins de chances d'accoucher avec des forceps ou une ventouse et 28 % moins de chances de recourir à une forme ou une autre d'anesthésie ou d'analgésique. »⁴

« **Accompagnement et travail** - Au chapitre des moyens **pour réduire les taux d'interventions obstétricales figurent notamment les ressources d'accompagnement de la femme pendant le travail.** Une personne formée à cet effet peut apporter à la mère une aide adéquate en lui offrant une présence continue et un soutien psychologique réconfortant, et en ayant recours à une panoplie de pratiques susceptibles d'assurer son bien-être. Une aide de cette nature **permet, entre autres, de diminuer le temps de travail, d'empêcher le recours à l'analgésie ou d'en retarder l'utilisation, de réduire le recours à diverses interventions** – anesthésie, césarienne, ventouses, forceps, stimulation du travail – et d'augmenter la satisfaction de la femme par rapport à l'accouchement. **Il semble que davantage de femmes ayant bénéficié de ce type de soutien allaitent leur enfant, qu'elles sont moins anxieuses et présentent moins de symptômes de dépression** ^[138] ⁵. **Cet accompagnement peut également aider le père à soulager son anxiété et lui permettre de se sentir utile.** »⁶

¹ Politique de périnatalité 2008-2018, Un projet porteur de vie, p. 9

² Idem, p. 13

³ L'accompagnement à la naissance : aperçu des bénéfices et des coûts, Drissia Sia et Régis Blais, Groupe de recherche interdisciplinaire en santé, Université de Montréal, 2007, p. 8

⁴ Idem, p. 10

⁵ [138]: M. STEIN, J. KENNEL et A. FULCHER. «benefits of a doula present a the birth of a child» journal of developmental and behavioral pediatrics, vol 24, 2003, p.195-198

⁶ Politique de périnatalité 2008-2018, Un projet porteur de vie, p. 52



« Au Québec, le recours aux interventions obstétricales est fréquent. Par exemple, pour l'année 2009-2010, toutes grossesses confondues, le taux global de césarienne est de l'ordre de 23 % des accouchements, le taux de déclenchement pharmacologique de 30 %, d'analgésie péridurale de 69 %, et de surveillance foetale électronique en continu de 65 % (2009). La Politique de périnatalité 2008-2018 du Québec, ainsi que son document de mise en œuvre pour les années 2008-2012, mettent **la priorité sur la promotion de l'accouchement physiologique et la réduction des interventions obstétricales**. Ces orientations sont à la source du mandat confié à l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). »

« Considérant l'importance de la préparation des mères à l'accouchement dans la période prénatale, et de l'accompagnement pendant le travail et l'accouchement pour réduire le recours aux interventions obstétricales, l'INESSS juge souhaitable : Mesure 1 : ... de **prévoir des dispositions afin d'améliorer l'accès économique, culturel et géographique des mères à des ressources qualifiées en accompagnement**. Pistes d'action : **Encourager les CSSS et les groupes communautaires à offrir une approche universelle de préparation prénatale et d'accompagnement à la naissance.** »⁷

Définition et rôle de l'accompagnante à la naissance

1. L'accompagnante ou doula est une personne ressource qui a une bonne connaissance de la physiologie de la grossesse, de l'accouchement et du post-partum et qui aide le couple à se préparer à vivre la naissance de leur enfant; elle offre un soutien global mais non médical qui vise à augmenter la confiance dans le cadre d'une relation égalitaire avec le couple.
2. Elle apporte un **soutien physique, émotionnel et des informations** à la mère et à son conjoint pendant la grossesse, l'accouchement et la période postnatale; elle les accompagne dans les choix qu'ils ont à faire et leur fait connaître les ressources de la communauté. Elle les aide à comprendre les processus physiologiques de même que les conditions qui faciliteront l'accouchement, l'allaitement et le lien d'attachement.
3. Les rencontres prénatales vont permettre de créer un climat de confiance et de soutien où tous les thèmes autour de la naissance, les peurs, les inconforts, les anciens traumatismes seront abordés librement.
4. **Le jour de l'accouchement** : l'accompagnante est disponible dès les premières contractions par téléphone ou au domicile selon les besoins du couple. Elle favorise un climat rassurant pour faciliter les processus physiologiques. Elle est présente tout au long de l'accouchement, quelles que soient la durée du travail et l'issue.
5. L'accompagnante aide aussi le père à bien vivre l'accouchement en le guidant pour les positions ou les gestes qui soulagent, en l'aidant à trouver un rôle qui lui est confortable, en le rassurant et en lui offrant du repos au besoin.

⁷ Mesures prometteuses pour diminuer le recours aux interventions obstétricales évitables pour les femmes à faible risque, Michel Rossignol, Faiza Boughrassa et Jean-Marie Moutquin, INESSS, 2012, p.110



Un bébé dans ma vie, un CRP aussi !

6. **Le post-partum immédiat** : l'accompagnante va favoriser l'intimité de la relation entre les parents et le nouveau-né : contact peau à peau, allaitement précoce. Elle va veiller aussi aux conditions physiques favorisant l'accueil du bébé : confort de la mère, respect de son intimité, soutien pour l'allaitement. Elle favorise la présence du père auprès de son enfant. Elle quitte la famille une fois cette ambiance mise en place.
7. La clientèle de l'accompagnante est la femme enceinte et son entourage désirant vivre une continuité relationnelle en étant assistés durant la grossesse, l'accouchement et le post-partum. Il n'y a pas de clientèle particulière pour les accompagnantes, elles peuvent accompagner autant les femmes à faible risque obstétrical que celles considérées à haut risque, les plus jeunes ou les plus âgées, sans égard à l'origine ethnique ou à d'autres caractéristiques sociodémographiques.

Encadrement de la pratique

En juin 2013, les accompagnantes à la naissance du Québec ont constitué l'Association québécoise des accompagnantes à la naissance (AQAN) afin d'avoir une représentation officielle dans le monde de la périnatalité et de faire connaître le rôle de l'accompagnante dans l'humanisation des naissances et la réduction des interventions médicales évitables. Elles souhaitent notamment :

- Établir un cadre de pratique et un code d'éthique pour assurer la qualité des services offerts aux femmes;
- Faire connaître la pratique de l'accompagnement à la naissance et ses bienfaits démontrés scientifiquement sur le déroulement plus harmonieux de l'accouchement et de la période périnatale;
- S'entendre sur des critères de formation et de connaissances de base pour toutes les accompagnantes à la naissance;
- Constituer une référence crédible pour les futurs parents et les professionnels de la santé.



Préparé par Lysane Grégoire, directrice de Mieux-Naitre à Laval