

CHAPITRE 4

Comment comprendre votre corps

Les corps de ces 4 femmes peuvent paraître différents les uns des autres, mais ils subissent tous les mêmes transformations.



Il est important de comprendre le fonctionnement de votre corps. Plus vous connaissez votre corps, mieux vous pourrez prendre soin de vous. Lorsque vous comprenez votre corps et les transformations naturelles, vous serez en mesure de savoir si les choses arrivent du fait de votre handicap ou si cela est une transformation normale qui survient chez toutes les femmes. Cela vous permettra de savoir si les conseils que vous prodiguez les autres sont utiles ou nuisibles pour vous.

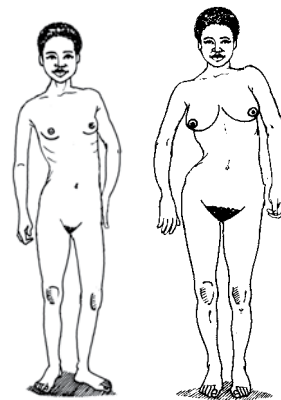
Le début de la transformation physique chez la fille (puberté)

Même si elles sont différentes de l'extérieur, la plupart des femmes subissent les mêmes transformations physiques au cours de leur vie.

Parfois, entre l'âge de 9 à 15 ans, le corps d'une fille commence à se développer pour prendre l'apparence du corps d'une femme ; c'est la puberté. Votre handicap ne vous empêchera pas de subir ces transformations. Toutes ces transformations sont normales et surviennent chez toutes les filles, en situation de handicap ou non.

Voici les principales transformations que vous observerez au cours de la puberté :

- Vous devenez plus grandes et plus rondes.
- Des poils apparaissent sous vos aisselles, entre vos jambes et sur vos organes génitaux.
- Le volume de vos seins augmente jusqu'à avoir la capacité de produire du lait pour les bébés après l'accouchement.
- A l'intérieur de votre corps, l'utérus, les trompes, les ovaires et le vagin se développent et changent de position.
- Votre vagin commence à saigner.
- Votre saignement mensuel débute (règles, menstruations).
- Vous commencez à avoir plus de pensées et de pulsions sexuelles.
- Votre visage peut devenir gras avec une possible éruption de boutons.
- Vous pouvez transpirer davantage, et l'odeur de votre sueur peut être différente de celle d'avant la puberté.



Todos estos cambios son normales y naturales. Le ayudarán a darse cuenta de que se está convirtiendo en una mujer apta para tener relaciones sexuales y para embarazarse.

Ces transformations sont naturelles et normales. Les transformations physiques et sentimentales vous aident à être conscientes du fait que vous devenez une femme prête à avoir des relations sexuelles et à contracter une grossesse. Toutefois, la puberté peut être une période difficile. Vous ne vous sentez ni fille, ni femme votre corps est quelque part au milieu.

Que vous soyez une personne handicapée ou non, au cours de ces années, il serait important de prendre soins de vous, de manger sain (page 86) et de rester propre durant vos menstruations (page 109). Il est également important de vous protéger contre les agressions sexuelles (Chapitre 14).

Parfois, à cause de la manière dont on la traite, une fille handicapée peut avoir pitié d'elle-même et avoir honte de son corps. Elle peut être dominée, repliée sur elle-même et très dépendante des membres de sa famille. Pour plus d'informations, voir estime de soi et santé mentale (voir pages 62 à 63).

Au niveau des hormones

Bon nombre de transformations qu'une fille subit au cours de son développement physique sont causées par les hormones. Ce sont des substances sécrétées par le corps qui contrôlent la manière et la période de votre développement physique. Peu avant le début de vos premières règles, votre corps commence à sécréter plus d'hormones appelées œstrogène et progestérone. Ce sont les deux principales hormones qui régulent le cycle menstruel (page 75)

Les hormones régulent également la période où une femme peut contracter une grossesse. Ils régulent la période où ses ovaires libéreront un œuf (un œuf par mois) et permettent aux seins de produire du lait pour son bébé après l'accouchement. De nombreuses méthodes de planification familiale sont conçues pour empêcher les grossesses en régulant les hormones dans le corps de la femme (page 196).

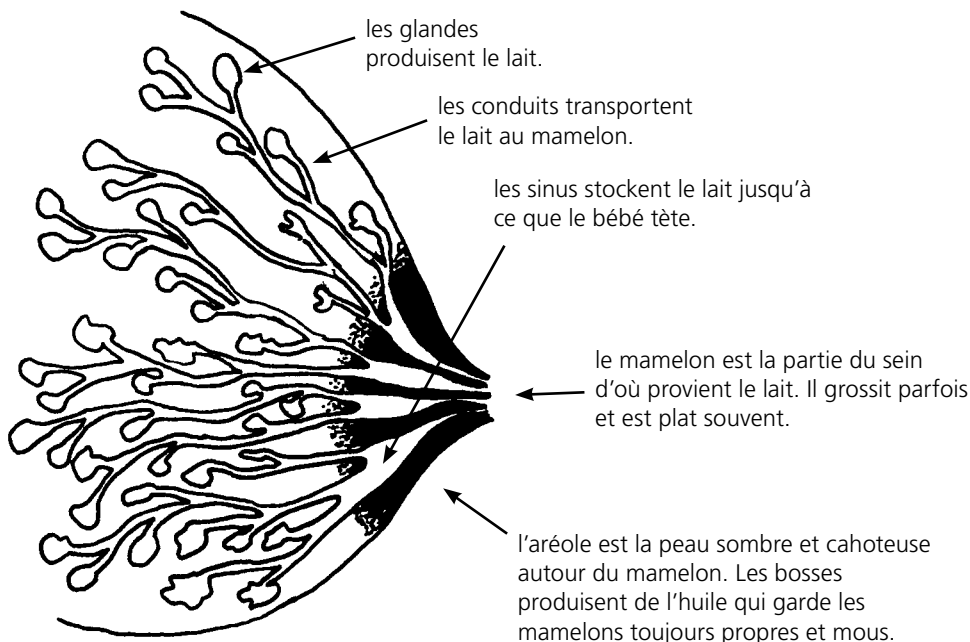
AU NIVEAU DES SEINS

Les seins de la jeune fille commencent à se développer entre 9 et 15 ans. Vous ne devez pas avoir honte ou être gênée par vos seins. Ils sont le signe que votre corps devient celui d'une femme. L'un de vos seins peut commencer à se développer avant l'autre, le plus petit a presque toujours un retard à rattraper. Ne paniquez pas si vos seins n'ont pas exactement la même forme. De nombreuses femmes ont des seins qui sont légèrement différents au niveau du volume ou de la forme ; et si vos seins paraissent différents de ceux d'une autre fille, cela est normal. Il y en a de toutes les formes et de tous les volumes.

Lorsque vos seins prennent plus de volume, ils peuvent produire du lait pour les bébés après l'accouchement. Les seins peuvent être très sensibles. Lorsqu'on les touche au cours des rapports sexuels, ils peuvent exciter tout votre corps, durcir vos mamelons et lubrifier votre vagin pour d'éventuels rapports sexuels. Voir les informations sur comment faire examiner vos seins.

Vos seins peuvent également s'enfler et vous faire mal juste avant le début de vos règles, ou vos mamelons peuvent parfois vous faire mal.

Une fois que vos seins se sont développés, vous devez commencer à les faire examiner une fois par mois afin de vous assurer qu'ils sont en bonne santé ou qu'ils ne développent pas une masse inhabituelle. Généralement, une femme a la possibilité de découvrir toute masse inhabituelle au niveau de ses seins si elle apprend la manière de se faire examiner les seins (page 128). Quelquefois, une masse au niveau du sein qui persiste peut être le symptôme d'un cancer de sein. Des examens médicaux réguliers vous permettront de découvrir tôt vos problèmes de santé.



Les saignements mensuels (règles, menstruations)

Presque toutes les filles et les femmes handicapées auront le même cycle menstruel que celles qui ne sont pas handicapées. Les menstruations sont le signe que vous pouvez contracter une grossesse. Aucune fille ne peut savoir exactement le moment où elle aura ses premiers saignements mensuels. Cela arrive lorsque vos seins et poils commencent à pousser. Plusieurs mois avant l'apparition de vos premières règles, vous pouvez également observer une humidité au niveau du vagin. Cela peut tacheter vos sous-vêtements. C'est tout à fait normal.

Vous pouvez ressentir des douleurs pelviennes, avoir mal à la tête, au bas du dos ou aux seins. Vous pouvez également avoir des changements d'humeur juste avant le début de vos règles. Par exemple, vous pouvez être très sensibles et vous pouvez facilement perdre votre tempérament.

Si vous êtes aveugles ou malvoyantes, ou si vous avez des difficultés pour déplacer vos bras ou vos jambes, demandez à un membre de la famille ou à une amie en qui vous avez confiance de vous aider à gérer vos règles. Voir comment aider une fille ou une femme qui a des difficultés pour comprendre ou apprendre la gestion des menstruations (page 110). Voir comment prendre soins de vous lors des menstruations (page 109) et aussi les informations sur la santé sexuelle et les menstruations (page 182).

Lorsqu'une femme vieillit, ses menstruations prendront fin. Pour la plupart des femmes, cette transformation survient lorsqu'elles ont entre 45 et 55 ans. Voir "Lorsque les menstruations prennent fin" (page 282).

Il y'a diverses appellations des menstrues partout dans le monde.

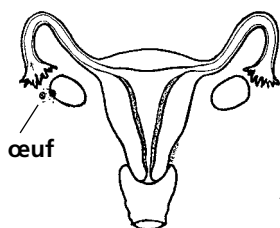


Le cycle mensuel (le cycle menstruel)

Le cycle menstruel n'est pas le même chez toutes les femmes. Pour la plupart des femmes, le cycle menstruel dure environ 28 jours — exactement comme le cycle de la lune. Toutefois, certaines femmes observent leurs règles généralement tous les 20 jours, tandis que peu d'entre elles les observent tous les 45 jours. Durant la première année où vous observez vos menstrues, elles viendront probablement à différents moments au cours de chaque mois. Ceci est tout à fait normal. Il vous faudra plusieurs mois avant d'avoir un cycle régulier.

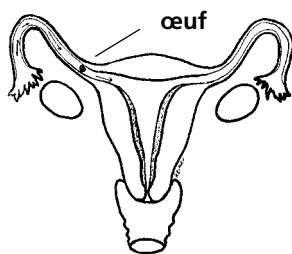
Le cycle menstruel

Environ 14 jours avant la fin de votre cycle menstruel, l'un des ovaires libère un œuf. C'est l'ovulation. A cette période, l'hormone progestérone rend la paroi utérine plus épaisse et prête à contracter une éventuelle grossesse.

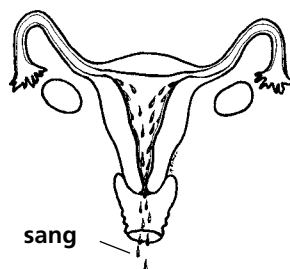


une grossesse.

Lorsqu'un ovaire libère un œuf, celui-ci passe à travers la trompe de Fallope située au niveau de l'utérus. Au cours de cette période, une femme est fertile, et si elle entretient des rapports sexuels avec un homme, le sperme de ce dernier peut féconder avec l'œuf et débiter



La plupart du temps, l'œuf n'est pas fécondé, donc la paroi utérine épaisse n'est pas nécessaire. La paroi se décompose en du sang qui coule à travers le vagin durant les règles. Le cycle recommence à nouveau



Lorsque votre corps se transforme

Le fait de pouvoir poser des questions et d'exprimer vos sentiments est important, en particulier vos confusions et craintes à l'égard de votre corps qui se transforme et de vos émotions. C'est sûr que dans toute votre vie, la puberté, la sexualité, la fécondation et la grossesse, ainsi que la ménopause sont les signes probables que vous subissez de grandes transformations au niveau de votre corps et de votre santé. Lorsque vous acceptez votre développement physique, vos émotions et vos sensations sexuelles, vous pourrez prendre soins de vous-mêmes et vous respecter. En tant que femme prenez le temps d'étudier vos propres sentiments et de les partager avec les autres :



Pour être une femme en bonne santé, j'ai besoin de connaître autant que possible mon corps et la raison pour laquelle il se transforme.

- Soyez à l'aise avec votre corps et acceptez votre handicap comme partie intégrante de vous.
- Informez-vous sur la sexualité et les responsabilités qui en découlent. Les proches plus âgés, les travailleurs de la santé, les conseillers et d'autres adultes handicapés peuvent être de bonnes sources d'informations pour vous.
- Développez et entretenez des relations aimables et affectueuses avec vos familles, amis, et ceux que vous aimez. Les relations positives sont essentielles pour le bien-être. Ces interactions vous procureront un réseau de soutien important.
- Interagissez avec d'autres filles et femmes handicapées, en particulier avec les femmes qui exercent une profession et qui sont dans un foyer.
- Évitez de perdre du temps avec les personnes qui vous font vous sentir mal.
- Impliquez-vous dans les événements en dehors de la maison. Saisissez-les comme des opportunités pour explorer et développer des relations d'amitié, ainsi que pour approfondir et partager ce que vous savez faire le plus.
- Protégez-vous contre les abus sexuels. (voir Chapitre 14).

COMMENT AIDER UNE FILLE À DEVENIR UNE FEMME

Il est important de préparer une fille à faire face aux transformations physiques avant le stade de la maturité.

Assurez-vous qu'elle soit informée sur les menstrues avant ses premières règles, et aidez-la à les gérer dès le début.

Aidez-la à comprendre que ses transformations physiques et émotionnelles sont normales.

Les membres plus âgés de la famille et les aides-soignantes doivent encourager une fille à échanger et à poser ouvertement des questions concernant ses transformations physiques avec humour. Cela permettra à une fille handicapée de savoir, même avant le début de la puberté, que ses proches sont disponibles pour d'éventuelles questions.

La période de l'adolescence est assez difficile lorsque votre famille prétend que votre corps est toujours celui d'une petite fille.



Ce que la famille et les aides-soignantes peuvent faire

Les parents et d'autres membres de la famille peuvent :

- accepter que son corps se transforme en celui d'une femme exactement comme toutes les autres filles.
- l'aider à échanger avec d'autres filles et femmes handicapées.
- l'encourager à développer des relations d'amitié et des activités en dehors du cadre familial. Ceci lui donnera confiance ainsi qu'une orientation.
- lui donner à manger et des soins médicaux appropriés.
- lui parler de la sexualité et l'encourager à poser des questions et à exprimer ses sentiments sur la sexualité.
- la protéger contre les abus sexuels.



Les célébrations de l'âge de la maturité

Dans certaines communautés, la cérémonie qui indique qu'une fille a atteint l'âge de la puberté est un grand événement dans le but d'informer la communauté que la fille « a grandi » et qu'elle est prête pour le mariage.

Si vous vivez dans une communauté qui organise des cérémonies en faveur des changements qui indiquent qu'une fille devient une femme, assurez-vous d'en organiser une pour votre fille qui a atteint l'âge de la maturité.

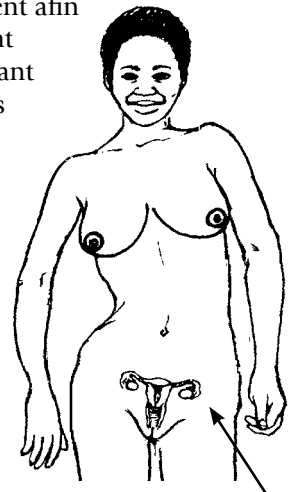
Dans certaines communautés en Inde, on offre un bain cérémonial à la fille, et on l'habille comme une nouvelle mariée. Il s'ensuit une grande fête lors de laquelle les participants lui offrent des cadeaux.

Ce que peuvent faire les professionnels de la santé

Ils peuvent s'assurer que les filles handicapées soient prises en compte dans tous les projets d'éducation dans le domaine sanitaire qu'ils organisent afin que les filles apprennent à connaître leur corps. Ils peuvent également enseigner aux familles et aux enseignants des filles et des femmes vivant avec un handicap, qu'elles ont pratiquement les mêmes corps que les filles ou femmes qui ne sont pas handicapées.

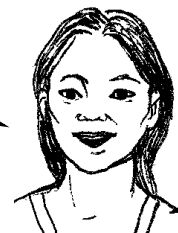
Le système reproducteur d'une femme

Le corps d'une femme et celui d'un homme sont quasiment identiques, qu'ils soient en situation de handicap ou non. Les femmes et les hommes ont des cœurs, reins, poumons, et d'autres organes en commun. Toutefois, il existe une grande différence au niveau de leurs organes sexuels ou reproducteurs. De nombreux problèmes de santé chez les femmes affectent ces parties de leur corps.



Les organes reproducteurs d'une femme

Souvent, le fait de parler des organes sexuels de notre corps peut s'avérer difficile, particulièrement si nous avons honte ou si nous ignorons les noms de ces parties. Dans de nombreuses localités, les organes reproducteurs du corps sont considérés comme 'intimes.'



Les organes sexuels externes

Les organes sexuels externes et ceux qui sont entre les jambes de la femme forment la vulve. Le dessin ci-dessous vous montre à quoi ressemble une vulve et présente les différentes parties qui la composent. Cependant, le corps de chaque femme diffère en ce qui concerne la taille, la forme, et la couleur des parties, notamment les plis externes et internes.

Le fait de comprendre la manière dont vos organes sexuels et reproducteurs fonctionnent vous permettra de savoir comment contracter ou éviter une grossesse.

Parfois les gens utilisent le mot vagin pour se référer à toute la partie. Cependant, le vagin est la partie qui s'étend à l'orifice de la vulve à l'intérieur de l'utérus. Le vagin est souvent appelé le 'canal de naissance'.

Les plis externes et internes de la peau protègent le vagin. Les plis sont parfois appelés 'lèvres'. Les plis internes sont doux, sans poils et sont sensibles au toucher. Lors des rapports sexuels, les plis internes grossissent et deviennent plus sombres.

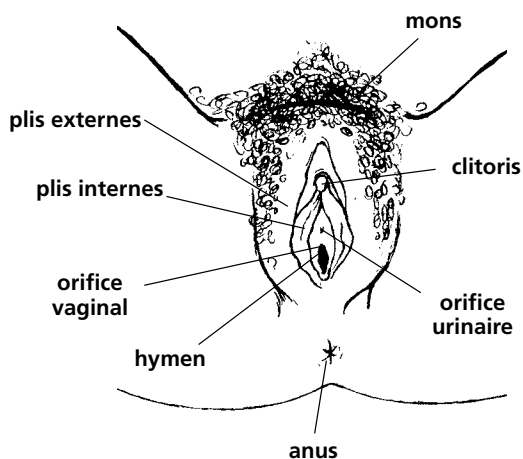
L'hymen est une membrane qui se situe entre l'orifice de la vulve et le vagin. L'hymen peut se distendre, se déchirer et saigner légèrement du fait des travaux difficiles, du sport et d'autres activités. Cela peut également arriver lorsqu'une femme a des rapports sexuels pour la première fois. Tous les hymens sont différents. Certaines femmes n'ont pas du tout d'hymen et toutes les femmes ne saignent pas au cours de leurs premiers rapports sexuels.

Le clitoris est petit et a la forme du bouton d'une fleur. Le clitoris est la partie de la vulve la plus sensible au toucher. Le fait de caresser le clitoris et les parties qui l'entourent peuvent exciter sexuellement une femme et la faire jouir (orgasme).

L'orifice urinaire est le petit trou entre l'orifice vaginal et le clitoris. Elle mène à l'urètre qui est un petit conduit qui assure l'écoulement de l'urine à l'extérieur du corps.

L'anus est l'orifice intestinal où les déchets (selles) sortent du corps.

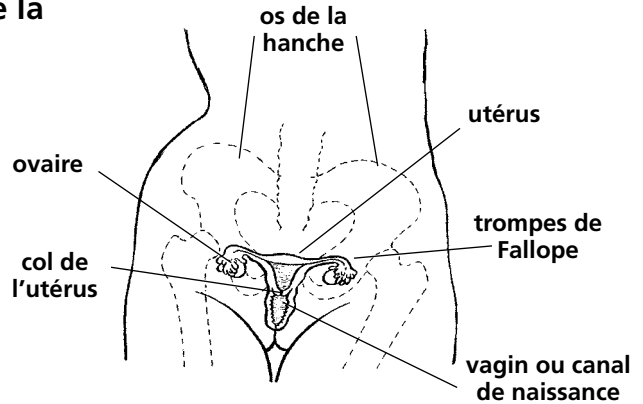
Les parties sexuelles externes (la vulve)



Les organes sexuels internes de la femme

Les organes reproducteurs internes chez la femme sont situés dans la zone pelvienne la zone située entre les hanches. Les os de la hanche sont situés en dessous de la taille. Si vos os de la hanche n'ont pas les mêmes formes, vos organes reproducteurs ne seront pas affectés.

Une femme possède deux ovaires, avec un à l'intérieur de chaque trompe. Chaque ovaire a environ la taille d'une amande ou d'un raisin. L'un des ovaires libère un œuf dans l'une des trompes de Fallope tous les mois. L'œuf se déplace à travers la trompe de Fallope jusqu'à l'utérus, un petit organe musculaire creux qui se distend et s'élargit lorsque la femme est enceinte.



Les organes sexuels de l'homme

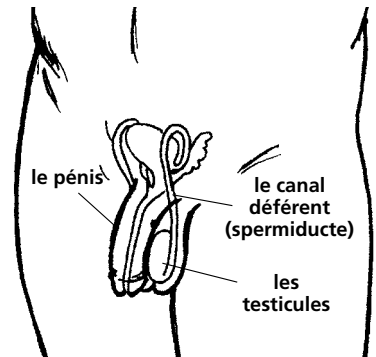
Les organes sexuels d'un homme sont plus faciles à voir que ceux de la femme parce qu'ils sont pour la plupart situés à l'extérieur du corps. Les testicules (couilles) sécrètent l'hormone masculine principale appelée la testostérone. Lorsqu'un corps commence sa transformation, il produit plus de testostérone. La testostérone est responsable de la transformation du corps d'un garçon en celui d'un homme. Cette transformation est similaire à celle que subit le corps de la fille qui produit plus d'hormones féminines.

Les testicules assurent également la sécrétion du sperme chez l'homme. Le spermatozoïde se déplace à travers un canal situé dans le pénis où il se mélange à un liquide produit par les glandes. Ce mélange du liquide et du spermatozoïde est appelé le sperme.

Que se passe-t-il lors des rapports sexuels ?

Lors des rapports sexuels, le sperme de l'homme provient de son pénis lorsqu'il éjacule (jouit). Chaque goutte de sperme contient des milliers de spermatozoïdes invisibles à l'œil nu. Lorsque l'homme éjacule dans le vagin de la femme ou près de ses organes génitaux, les spermatozoïdes pénètrent dans 'l'orifice' utérine (le col de l'utérus) jusque dans l'utérus.

Le vagin est constitué d'une membrane spécifique qui s'étend facilement lors des rapports sexuels (et aussi pendant l'accouchement). Le vagin produit un liquide ou de l'humidité (sécrétion) qui lui permet de rester propre et d'éviter les infections. Le vagin sécrète plus de liquide au cours des rapports sexuels pour faciliter la pénétration du pénis afin d'éviter que le vagin se déchire, et de permettre aux spermatozoïdes d'atteindre l'utérus.



Comment contracter une grossesse

Environ 14 jours après le début de chaque cycle menstruel, lorsque la paroi utérine est prête, l'un des ovaires libère un œuf. C'est l'ovulation. L'œuf se déplace ensuite à travers un conduit jusque dans l'utérus. A cette période, une femme devient féconde et peut contracter une grossesse. Si elle a récemment eu des rapports sexuels avec un homme, les spermatozoïdes de ce dernier peuvent pénétrer dans l'utérus à travers la paroi utérine pour féconder l'œuf. C'est la fécondation qui marque le début de la grossesse. Si l'œuf n'est pas fécondé par l'un des spermatozoïdes de l'homme, il n'y a pas de grossesse, et la paroi utérine est nettoyée au cours des règles.

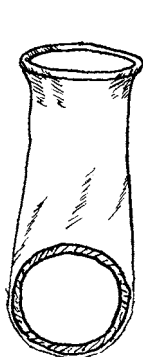


9 mois plus tard...



CE QUE DEVRAIT SAVOIR CHAQUE FEMME SUR LES RAPPORTS SEXUELS

- Vous pouvez contracter une grossesse après vos premiers rapports sexuels avec un homme.
- Vous pouvez contracter une grossesse si toutefois vous avez eu des rapports sexuels sans utiliser les méthodes de planification familiale (même si vous avez eu des rapports une seule fois).
- Vous pouvez contracter une grossesse même si l'homme pense qu'il n'a pas éjaculé.
- Vous pouvez contracter une infection sexuellement transmissible (IST) ou le VIH si vous n'utilisez pas un préservatif lors des relations sexuelles avec une personne infectée. (Vous ne pouvez pas savoir si une personne est infectée ou non simplement en la regardant).
- Il est plus facile pour une fille ou une femme de contracter une IST et le VIH chez un homme au cours des rapports sexuels que de les lui transmettre. Ceci s'explique par le fait que le sperme reste pendant longtemps dans son vagin.
- Il est plus difficile de savoir si une fille ou une femme a une IST parce que les signes d'infection sont souvent à l'intérieur de son corps.



préservatif pour femme
(préservatif féminin)



préservatif
pour homme

Utilisez toujours un préservatif masculin ou féminin pour vous protéger contre les IST et le VIH/ SIDA. Bien que les spermatozoïdes et les virus responsables des infections soient minuscules, ils ne peuvent pas traverser le plastique ou le latex d'un préservatif s'il est placé correctement.

Pour plus d'informations sur les méthodes de prévention des infections, voir le Chapitre 8. Pour éviter les grossesses non-désirées, voir le Chapitre 9

Lorsque vous êtes incapables de contracter une grossesse (stérilité)

Le handicap n'est pas la cause de la stérilité. Certaines femmes handicapées sont stériles, mais pas autant que les femmes qui ne sont pas handicapées. En général, la stérilité d'une femme handicapée n'est pas causée par son handicap.

QU'EST-CE LA STÉRILITÉ ?

On dit que dans un couple un homme et une femme est infertile s'il n'arrive pas à concevoir un enfant après des rapports durant quelques temps, un mois ou une année sans l'utilisation d'une méthode de planification familiale. Un couple est également stérile après 3 fausses couches ou plus (la perte des grossesses).

Un homme ou une femme qui a déjà eu un enfant peut devenir stérile par la suite. Il/ elle peut développer un problème après la naissance du dernier enfant. Parfois, le problème ne provient pas seulement de l'homme ou de la femme mais de la combinaison des deux. Et parfois, les deux partenaires paraissent en bonne santé et aucun médecin ou aucun examen ne peut trouver la cause du problème.

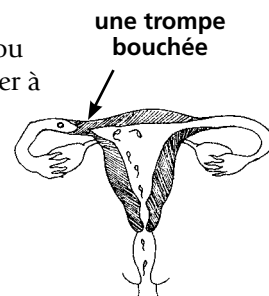
QU'EST-CE QUI PROVOQUE LA STÉRILITÉ ?

La stérilité chez la femme

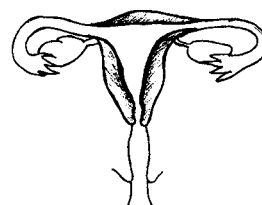
Les principales causes de l'infertilité chez la femme sont:

1. Les lésions dans ses trompes ou à l'intérieur de son utérus. Les lésions ou la peau rugueuse épaisse dans la trompe empêchent l'œuf de se déplacer à travers la trompe, ou les spermatozoïdes d'atteindre l'œuf. Les lésions au niveau de la trompe peuvent empêcher l'œuf fécondé de s'attacher à la paroi utérine. Parfois une femme a des lésions sans le savoir parce qu'elle ne se sent pas malade, mais des années plus tard, elle apprend qu'elle est stérile. Les lésions peuvent être causées par :

- une infection causée par une IST non-traitée qui se déplace jusque dans l'utérus ou dans les trompes (les maladies inflammatoires pelviennes ou MIP), ou causée par une tuberculose (TB) dans le pelvis.
- un avortement à risque ou des problèmes suite à un accouchement provoquant des lésions ou des infections dans l'utérus.
- des conditions insalubres lors de l'insertion d'un dispositif intra-utérin (DIU). Un petit appareil placé à l'intérieur de la trompe pour éviter les grossesses qui ont provoqué une infection.
- des complications causées par une opération au niveau du vagin, de l'utérus, des trompes, ou des ovaires.

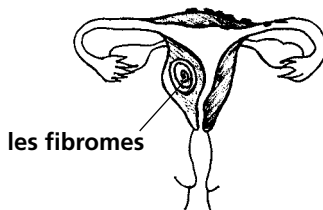


2. Les problèmes d'ovulation. Si le cycle menstruel d'une femme stérile dure moins de 21 jours d'intervalle, ou plus de 35 jours d'intervalle, il est possible qu'elle ne produise pas d'œuf. Ceci peut être provoqué du fait que son corps ne produise pas suffisamment d'hormones, ou ne les produise pas au bon moment. Parfois, ceci survient lorsqu'une femme devient plus âgée et s'approche de la fin de son cycle menstruel (ménopause). Certaines femmes ne produisent pas d'œuf lorsqu'elles prennent ou perdent rapidement du poids, si elles sont trop grosses ou minces, ou si elles sont malades.



un ovaire ne produisant pas d'œuf.

3. L'apparition des tumeurs (fibromes) dans son utérus. Les fibromes sont des tumeurs qui ne causent pas de cancer, mais peuvent occasionner une fausse couche.



les fibromes

La stérilité chez l'homme

Les principales causes de la stérilité chez l'homme sont :

1. L'insuffisance de spermatozoïdes.

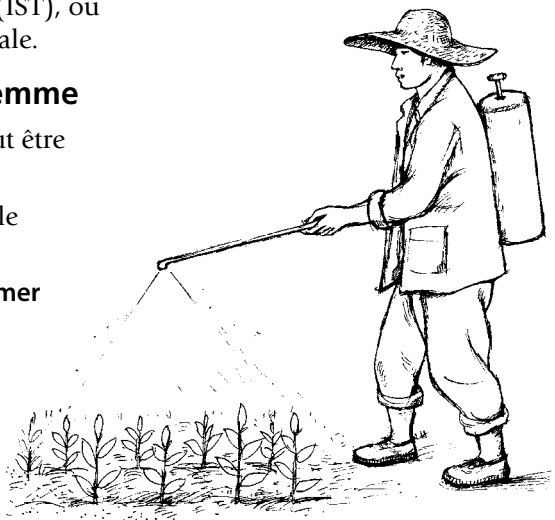
2. La production de spermatozoïdes malades par les testicules. Ceci peut arriver lorsqu'il porte des vêtements trop serrés qui pressent les testicules contre le corps, lorsqu'il travaille dans un environnement chaud tel que près des chaudières, des fourneaux, ou des moteurs particulièrement lorsqu'il conduit pendant plusieurs heures sans arrêt. Ceci peut également arriver lorsqu'il reste assis toute la journée, ou pendant longtemps dans un bain chaud avant les rapports sexuels.

3. L'impossibilité d'éjaculer du fait des lésions à l'intérieur de ses tubes provoquées par une infection sexuellement transmissible (IST), ou du fait d'une blessure à la colonne vertébrale.

La stérilité chez l'homme et la femme

Chez l'homme et la femme, la stérilité peut être provoquée par :

- 1. Les pathologies** telles que les oreillons, le diabète, la tuberculose et le paludisme.
- 2. La consommation d'alcool, du tabac (fumer ou chiquer) et de la drogue.**
- 3. La malnutrition, l'excès de stress, le surmenage, ou l'exposition à certaines substances chimiques.**



FONDER UNE FAMILLE À TRAVERS L'ADOPTION

Certaines femmes handicapées font le choix de fonder une famille à travers l'adoption. Une femme peut opter pour ce choix du fait de sa stérilité ou de celle de son partenaire, ou parce qu'elle a des problèmes qui l'empêchent de concevoir un enfant. Elle peut également décider d'adopter un enfant simplement parce qu'elle voit en cela une bonne manière de devenir mère et de fonder une famille.

Comment devenir mère

Comme la plupart des jeunes filles au Etats-Unis, lorsque je grandissais, j'avais pour rêve d'avoir un partenaire et de fonder une famille. Toutefois, contrairement à d'autres jeunes filles, je ne croyais pas qu'il se réaliserait. Je me déplaçais en fauteuil roulant et je n'avais pas de modèles de référence de parents en fauteuil roulant. Je n'avais jamais été encouragée à penser que ce serait possible pour moi de fonder ma propre famille.

Lorsque j'ai rencontré mon époux pour la première fois, j'étais sûre qu'il était le bon partenaire pour moi. Il a partagé mon rêve que je gardais secret, qui était de fonder une famille à travers l'adoption. Je savais qu'il existait des enfants qui avaient perdu leur famille biologique et qui attendaient d'être dans une "famille permanente." Je savais qu'à l'intérieur de moi, nous pourrions devenir cette famille pour ces enfants.

D'abord, mes parents pensaient que mon époux trouverait injuste le fait "de le surcharger en lui demandant de prendre soin de l'enfant ". Ils n'imaginaient pas que je puisse prendre soin d'un enfant. Bien que je fusse nerveuse, je savais que j'étais en mesure de faire beaucoup de choses auxquelles les gens ne croyaient pas. Par le passé, je m'occupais de la maison, j'avais mon propre emploi, et je m'occupais des enfants de certains amis. Je savais que mon époux et moi pouvions le faire.

Nous avons essayé plusieurs centres d'adoption jusqu'à ce que nous trouvions celui qui nous a soutenu dans notre projet de devenir parents. Nous avons réalisé que nous ne pouvions pas changer les préjugés. Donc, si un centre d'adoption pensait que notre projet ne marcherait pas, nous allions simplement vers un autre centre. Après avoir trouvé un centre qui adhérerait à notre projet, nous avons mis en avant nos capacités à jouer le rôle de parents.

Enfin, nous avons trouvé un enfant qui répondait à nos attentes et nos rêves : une fille en fauteuil roulant comme moi. Nous craignions que le juge qui devait légalement confirmer l'adoption dise non à cause de mon handicap. Toutefois, il a vu que nous correspondions vraiment, donc il a confirmé l'adoption.

Je me sens honorée d'assister ma fille au cours de sa croissance, et de l'aider à devenir la personne adorable et compétente qu'elle est actuellement.

—Karen Braitmayer