

Quelques mots destinés aux sages-femmes

CHAPITRE

1

Si vous voulez travailler pour la santé et le bien-être des femmes et des bébés – c’est-à-dire être sage-femme – vous devez être prête à toujours apprendre, à traiter les gens avec respect et bienveillance, et à collaborer avec d’autres pour répondre aux besoins de santé de la communauté.

L’apprentissage dure toute la vie

La première étape pour devenir sage-femme – ou soignante d’un autre type – est d’apprendre auprès des autres. Même les sages-femmes les plus expérimentées continuent d’apprendre et de développer de nouvelles compétences tout au long de leur vie.

Les sages-femmes s’instruisent à travers leur expérience, les livres qu’elles ont l’occasion de lire, et les cours qu’elles peuvent suivre. Chacun de ces moyens d’apprentissage est important, et toutes les sages-femmes doivent trouver un bon équilibre entre l’étude et la pratique.

Les livres et les études permettent aux sages-femmes d’apprendre et de comprendre une grande quantité d’informations.



Mais la pratique est la seule façon d’apprendre les techniques nécessaires au soin des femmes et des bébés.



Les sages-femmes expérimentées n'arrêtent jamais d'apprendre

Il y a toujours beaucoup de choses à apprendre sur l'accouchement et sur la santé. Chaque accouchement est différent, les informations médicales changent, et il y a de nouvelles techniques à connaître. Pendant que vous êtes sage-femme, vous pouvez :



- **observer** comment les autres sages-femmes, soignants et médecins font les choses.
- **demander** aux femmes et aux familles avec lesquelles vous travaillez quels sont les soins qu'elles aiment et ceux qu'elles n'aiment pas parmi ceux que vous leur donnez.
- **lire** des livres ou d'autres documents écrits. Conservez les livres utiles pour que vous puissiez chercher les informations que vous n'utilisez pas régulièrement ou que vous avez oubliées.
- **apprendre** de nouvelles techniques. Si vous pouvez obtenir une formation et des instruments qui vous permettront de pratiquer des interventions sans danger, n'ayez jamais peur d'apprendre une

nouvelle technique. Grâce à cela, vous pourrez aider plus de femmes de votre communauté, et devenir une meilleure sage-femme.

Les sages-femmes apprennent de nouvelles choses auprès des enseignants, des autres sages-femmes et des soignants, et dans les livres. La plupart du temps, elles apprennent à appliquer des méthodes et des pratiques dans de bonnes conditions de sécurité. Mais à mesure qu'elles prennent de l'expérience, elles découvriront que certaines choses qu'elles avaient apprises ne sont pas, ou ne sont plus les façons les plus sûres ou les plus efficaces de soigner les femmes.

Les sages-femmes doivent être prêtes à changer de manières de voir quand elles apprennent de nouvelles façons de pratiquer, pour pouvoir toujours employer les meilleures méthodes possibles. Elles doivent soigneusement examiner les méthodes qu'elles utilisent, pour s'assurer que celles-ci marchent bien – que ces méthodes aient été enseignées par des médecins, des guérisseurs traditionnels, ou quelqu'un d'autre.

Demandez « pourquoi ? »

Demandez « pourquoi » : c'est important ! Car cela vous aide à aller au-delà de l'aptitude à se souvenir exactement de ce qu'on vous a dit, ou de ce que vous avez lu. Quand vous savez « pourquoi », vous pouvez prendre des décisions, même quand il n'y a personne ou aucun livre qui vous indique exactement ce que vous devez faire. Vous pouvez aussi adapter un traitement ou un instrument pour une utilisation spécifique, d'une manière que d'autres n'emploient pas forcément. Enfin, demander « pourquoi » sert à comprendre les causes des problèmes – donc, à les traiter plus efficacement et à empêcher qu'ils ne se reproduisent.

Partagez votre savoir

À part ce que leur enseignent les livres et les professeurs, les sages-femmes apprennent beaucoup de ce qu'elles savent auprès des unes et des autres, et des familles dont elles s'occupent. Et les sages-femmes peuvent améliorer le niveau de santé quand elles partagent leurs connaissances avec la communauté.

Partagez votre savoir avec d'autres soignants et sages-femmes

Les sages-femmes peuvent travailler ensemble pour s'entraider. Si une sage-femme tombe malade ou ne peut pas travailler, une autre pourra aider les femmes dont sa collègue devait s'occuper. Les sages-femmes peuvent aussi apprendre et partager entre leurs connaissances. Dans certaines communautés, les sages-femmes se communiquent leurs savoirs de l'une à l'autre, en parlant de leur travail avec honnêteté. Certaines sages-femmes organisent des rencontres tous les 2 ou 3 mois, pour comparer leurs informations et partager leurs ressources. À l'occasion de rencontres de sages-femmes, vous pouvez :

- **prendre la parole à votre tour, pour raconter des choses qui se sont passées pendant les accouchements que vous avez assistés.** Assurez-vous de parler des cas d'accouchements difficiles et des erreurs que vous avez pu faire. Il est difficile d'admettre ses propres erreurs, mais ce peut être un beau cadeau fait aux autres si c'est une occasion d'en tirer une leçon. D'autres sages-femmes pourraient expliquer ce qu'elles auraient fait de la même manière que vous, et ce qu'elles auraient fait différemment. Pour protéger la vie privée des mamans, ne mentionnez jamais leur nom.

La prochaine fois, je vérifierai la température d'une femme en travail. Comme ça, Je pourrai découvrir les infections plus tôt.



- **demander à d'autres soignants de venir rencontrer votre groupe.** Par exemple, un guérisseur traditionnel pourrait venir parler des plantes médicinales locales qui peuvent combattre les infections. Ou un groupe de sages-femmes pourrait venir discuter avec des infirmières d'une maternité locale d'un moyen de collaborer.



- **échanger des livres éducatifs (y compris celui-ci !) avec les autres sages-femmes.** Si personne n'a beaucoup d'argent, peut-être qu'un groupe de sages-femmes pourrait se cotiser pour acheter un livre à se partager.

- **vous exercer à représenter des femmes qui ont différents problèmes de santé, en jouant des rôles.** Par exemple, une personne peut jouer le rôle d'une femme enceinte qui ne mange pas assez d'aliments sains. Une autre sera une sage-femme qui écoute et donne des conseils. Chaque actrice expliquera par la suite ce qu'elle a ressenti, et les autres membres du groupe parleront de ce qu'elles-mêmes feraient de manière différente. Assurez-vous que chaque sage-femme puisse jouer l'un des rôles.



- **utiliser les différentes capacités des participantes.** Une sage-femme qui sait stériliser les instruments, par exemple, peut montrer aux autres comment le faire.

Partagez votre savoir avec la communauté

En tant que sage-femme, vous donnez des conseils, vous traitez des problèmes, et vous sauvez des vies. Mais les gens décident eux-mêmes ce qu'ils veulent manger, comment ils veulent travailler, et les choix qu'ils doivent faire. En communiquant des informations, les sages-femmes peuvent aider les populations à prendre leurs propres décisions en étant mieux informées. C'est pourquoi votre première tâche, en tant que sage-femme, est d'enseigner.

On peut enseigner n'importe où et n'importe quand. Quand, pendant un examen médical, vous expliquez ce que vous faites à une femme, ou quand vous posez une question, vous enseignez. Quand vous expliquez au mari que le planning familial est aussi de sa responsabilité, vous enseignez. Même au marché, ou à une réunion communautaire, ou chaque fois que vous rencontrez les autres, vous avez une occasion d'enseigner.

Enseigner dans des classes

Certains sujets de discussion profiteraient à beaucoup de membres de la communauté. Si possible, organisez des rencontres pour les femmes enceintes, les familles, ou d'autres membres de la communauté. Vous pouvez expliquer :

- comment le corps fonctionne ;
- comment choisir et utiliser les méthodes de planning familial ;
- comment se nourrir correctement et prendre soin de soi pendant la grossesse ;
- comment accoucher dans de bonnes conditions de sécurité ;
- comment prendre soin de soi après un accouchement, et comment allaiter.

L'enseignement nécessite de la pratique. Le premier pas est d'écouter. Quand vous saurez ce que les gens savent déjà, vous pourrez les aider à améliorer ces connaissances. Et quand vous écoutez, vous apprenez vous-mêmes des choses auprès de ceux à qui vous enseignez.

Vos oreilles sont vos deux outils les plus importants.



Par exemple, quand un groupe de femmes veut en savoir plus sur les infections sexuellement transmissibles (IST), vous pouvez d'abord demander à chacune de dire ce qu'elle sait déjà à ce sujet. Les femmes ont sans doute appris des choses sur les IST à travers des livres, des cours, des discussions avec d'autres femmes, ou parce qu'elles ont déjà eu une IST elles-mêmes.

Après l'échange de connaissances, faites leur poser des questions. Certaines sauront répondre elles-mêmes aux questions des unes et des autres. Vous pourrez probablement rajouter quelques informations médicales importantes, et faire des remarques si l'une ou l'autre des participantes a des croyances inexacts. En faisant discuter le groupe, vous pourrez identifier ce que les participantes auraient vraiment besoin d'apprendre, et vous les aiderez à réaliser combien elles en savent déjà. Une personne qui est sûre d'avoir compris un problème est plus capable de le résoudre.

Montrez du respect envers les participantes, et assurez-vous que vous leur parlez de choses qui sont importantes pour elles.

- **Asseyez-vous en cercle.** Cela vous met au même niveau que les autres, et montre que vous n'êtes pas la seule personne à avoir des connaissances.
- **Préparez-vous.** Pensez à ce que vous voulez dire avant de l'enseigner.
- **Utilisez plusieurs méthodes d'apprentissage.** Les gens apprennent de manières différentes, et tous apprennent mieux quand ils apprennent la même chose par des moyens différents. Après l'échange sur les IST, le groupe pourrait jouer une petite scène sur ces infections, ou fabriquer des affiches, pour associer la communauté à cet apprentissage.



Le fait de poser des questions peut vous aider à comprendre ce que les gens savent déjà, ce qu'ils veulent savoir, et quelles difficultés ils rencontrent..

Rappelez-vous que certaines personnes ont l'habitude de parler en public, et que d'autres ont peur de le faire. Encouragez les femmes à participer, surtout celles qui sont peu scolarisées, ou celles qui sont trop timides pour dire ce qu'elles pensent. Vous trouverez des informations sur les façons d'enseigner qui permettent aux gens à vraiment apprendre, dans le livre *Helping Health Workers Learn (Aider les soignants à apprendre)*.

Partagez vos connaissances avec les gens que vous soignez

Au moyen d'informations précises, toute femme peut connaître son corps et comprendre comment il fonctionne, et donc prendre des décisions raisonnables en ce qui concerne sa santé. Chaque fois que vous rencontrez une femme à l'occasion d'une grossesse ou pour d'autres soins, expliquez-lui ce que vous êtes en train de faire, et pourquoi vous le faites. Répondez à toutes les questions qu'elle pourrait avoir au sujet de son corps, ou de sa santé.

Quand vous ne savez pas, dites-le

Personne ne connaît toutes les réponses. Certains problèmes n'ont tout simplement pas de réponse facile ! Quand vous ne connaissez pas la réponse, admettez-le, et les gens auront confiance en ce que vous savez effectivement.

Respect et bienveillance

Toute personne mérite d'être traitée avec respect. En tant que soignante, votre attitude envers les femmes que vous soignez est extrêmement importante. Les sages-femmes sont souvent des autorités en qui les gens ont confiance. Une parole gentille ou encourageante de votre part rassurera très certainement la femme sur sa capacité à se prendre en charge. Par contre, une remarque irréfléchie ou méchante peut la blesser pendant de longues années.

Ne jugez pas

Certaines femmes sont habituées à être traitées sans aucun respect. Quand vous commencez à travailler avec une femme qui est souvent regardée avec mépris à cause de son âge, du travail qu'elle fait, de son ethnie ou de sa religion, de la quantité d'argent qu'elle a, d'un handicap, ou pour tout autre raison, elle peut s'attendre à ce que vous la traitiez vous aussi de façon méprisante. Vous ne pourrez apaiser cette crainte qu'en lui montrant que vous êtes là pour l'écouter et pour l'aider –et non pour la juger ou la critiquer.

Appliquez vos propres conseils

Les gens sont souvent plus influencés par vos actions que par vos paroles. Du fait que les sages-femmes sont généralement respectées par leur communauté, ce que vous faites peut encourager les femmes à prendre soin d'elles-mêmes. Si vous allaitez vos enfants, les autres femmes de la communauté allaiteront plus facilement les leurs. Si vous ne fumez pas, les autres femmes suivront peut-être votre exemple et ne fumeront pas ou arrêteront de fumer. Appliquez vos propres conseils et comportez-vous comme vous recommandez qu'on le fasse.

Je me suis inquiétée pour toi quand tu n'es pas venue le mois dernier. Tu as eu des difficultés ?

Je suis heureuse qu'elle ne m'ait pas crié dessus. Maintenant je peux lui expliquer que je n'ai pas pu venir à ma dernière visite parce que l'un de mes enfants était malade.



Aidez les gens à s'aider eux-mêmes

Chacun a le droit de décider de ce qu'il ou elle fait de son propre corps. Et les gens peuvent et doivent prendre l'initiative de leurs propres soins. Ainsi, ils deviennent activement responsables de leur propre santé et de la santé de leur communauté.



Écoutez plus, parlez moins

Une femme a souvent besoin de quelqu'un qui l'écoute sans porter de jugement. Et au fur et à mesure qu'elle s'exprime, elle peut se rendre compte qu'elle a déjà elle-même certaines réponses à ses propres problèmes.

Parlez ouvertement des sujets difficiles

Certaines femmes sont timides, honteuses, désorientées, ou très discrètes quand il s'agit de leurs problèmes. C'est surtout le cas pour les problèmes familiaux, ou les questions sexuelles. Une sage-femme qui parle honnêtement et ouvertement de ces sujets découvrira que de nombreuses femmes partagent les mêmes problèmes. En discutant de manière simple et directe des questions se rapportant à leur famille, leur sexualité et leur santé sexuelle, vous aiderez les femmes à se sentir moins seules, et vous pourrez les aider à résoudre des difficultés qui affectent leur santé.

Gardez les choses privées confidentielles

Ne parlez jamais à quelqu'un d'autre de la santé ou du traitement des femmes que vous soignez – à moins que la femme elle-même vous ait donné son accord. Et quand vous parlez aux femmes de leur santé, faites-le dans un endroit discret où d'autres ne pourront rien entendre.

Il faut absolument respecter leur vie privée, surtout quand il s'agit de sujets qui sont sensibles pour elles, comme les infections sexuellement transmissibles, les fausses couches, les avortements et les problèmes de famille. Vous ne devez jamais communiquer ce type d'informations sans la permission de la femme concernée.



Il n'y a qu'une situation où vous avez le droit de communiquer des renseignements concernant la santé d'une femme que vous soignez : quand un autre soignant s'occupe d'une femme en urgence ; ce soignant aura besoin de connaître ses antécédents médicaux (les faits principaux de sa santé), pour pouvoir la traiter de manière correcte et efficace sûre.

Une sage-femme doit pouvoir garder le secret sur ce qu'elle sait de la vie privée d'une femme.

Travailler à améliorer la santé des femmes

Le métier de sage-femme ne se limite pas seulement à traiter les problèmes de santé à mesure qu'ils se produisent. Les problèmes de santé ont de multiples causes. Certaines sont d'ordre physique, d'autres sont d'ordre social, économique ou politique. En vous attaquant aussi aux causes sociales, économiques et politiques, vous pouvez prévenir plusieurs problèmes de santé – et protéger plus de femmes dans votre communauté.

Mais il est impossible à une seule sage-femme de trouver des solutions aux causes sociales et d'améliorer la santé des femmes en général. Elle doit faire participer toute la communauté. Quand les gens se mettent ensemble, les apports de chacun permettent de comprendre les causes des problèmes et de découvrir des solutions. Vous trouverez à la page 23 des idées sur la façon de faire changer les choses en agissant avec les autres.

Les personnes qui ont une influence sur la santé d'une femme

La santé d'une femme est affectée par les attitudes, les comportements et les actions de diverses personnes. Pour soigner la femme, vous devez inclure aussi ces gens.

Les personnes qui ont une influence sur la santé d'une femme sont :

- son mari, ses enfants, ses parents et les autres membres de la famille ;
- les gens avec qui ou pour qui elle travaille ;
- ses voisins et amis ;
- les leaders de la communauté – y compris les chefs religieux, les autorités de l'État, et les chefs de village.
- les autres soignants – comme les guérisseurs traditionnels, les médecins et les agents de santé communautaires.



La santé d'une femme peut être protégée – ou dégradée – par toute la communauté.

Toute personne qui influence la manière dont une femme travaille, mange, a des rapports sexuels (ou non), ou s'occupe de ses besoins quotidiens, a des effets sur sa santé. Parfois l'effet est positif – il protège ou améliore la santé de la femme ; parfois il est négatif – il nuit à la santé et au bien-être de la femme.

Par exemple, il est inutile de dire à une femme enceinte de manger beaucoup plus, si son mari se sert toujours le premier à table, et ne lui laisse pas assez de nourriture. Il se peut que la femme elle-même juge que les besoins de son mari et de ses enfants sont plus importants que les siens. Qui d'autre pourriez-vous impliquer pour essayer d'améliorer son alimentation, quand elle n'a pas assez à manger ?

- le mari de la femme, qui mange en premier. Vous pourriez peut-être parler au mari de la quantité et de la qualité de nourriture nécessaires aux femmes enceintes.

- les hommes de la communauté, qui tous s'attendent à manger avant leurs femmes. Le mari changerait peut-être de comportement si les autres hommes en changeaient aussi. Vous pouvez organiser une réunion avec des femmes et des hommes, et parler des raisons qui justifient que les femmes enceintes doivent manger plus pour être en bonne santé. Si un homme du groupe trouve qu'effectivement, elles doivent manger autant ou plus d'aliments sains que les hommes, cela pourra ouvrir la porte aux autres.
- les enfants, qui grandissent et qui deviendront des mères et des pères. Chaque fois qu'un homme mange le premier et prend la plus grande partie des plats, et qu'une femme se sert la dernière et n'a presque rien, les enfants voient et apprennent que les besoins d'un homme sont plus importants que ceux d'une femme. En discutant avec des groupes d'écoliers ou en changeant la manière de se servir à table dans votre propre famille, vous aiderez la génération future à traiter les femmes et les hommes de manière égale.

Qui pourriez-vous impliquer pour faire en sorte qu'il y ait assez de nourriture pour tout le monde ?

Les hommes peuvent s'occuper de la santé des femmes

Chaque fois que vous le pouvez, encouragez les hommes à promouvoir la santé des femmes. Les maris, pères, fils, chefs et notables de la communauté, chefs religieux, patrons, et d'autres hommes encore, jouent tous un rôle sur le niveau de santé des femmes. Si les hommes de la communauté se sentent responsables de la santé des femmes, la communauté toute entière en bénéficiera. Les sages-femmes peuvent aider les hommes à s'impliquer.

Servez-vous des rôles et des compétences que les hommes possèdent déjà. Par exemple, les hommes sont souvent considérés comme des protecteurs. Aidez-les à apprendre à protéger la santé des femmes.

Encouragez les hommes à partager les responsabilités de la grossesse et de l'éducation des enfants. Les hommes peuvent s'occuper des enfants comme les femmes : les réconforter, les laver, les nourrir, leur apprendre des choses, et jouer avec eux. Invitez les femmes et les hommes aux réunions communautaires, et encouragez les femmes à prendre la parole.



Impliquez des hommes qui sont sensibles aux besoins des femmes. Ils pourront parler à d'autres hommes qui écouteront avec plus de sérieux que quand c'est une femme qui parle.

Faites des suggestions pratiques. Les hommes qui se soucient beaucoup de la santé des femmes qui leur sont proches peuvent ne pas savoir par où commencer. Par exemple :

- dites aux hommes comment ils peuvent se faire tester et traiter en cas d'IST. Si seule la femme est traitée, elle sera très vite réinfectée par son partenaire ;
- expliquez aux hommes que leur femme enceinte a besoin d'aide dans ses travaux quotidiens ;
- montrez aux hommes comment et où masser le dos de leur femme en phase de travail, pour soulager sa douleur.

Agir ensemble pour sauver des vies

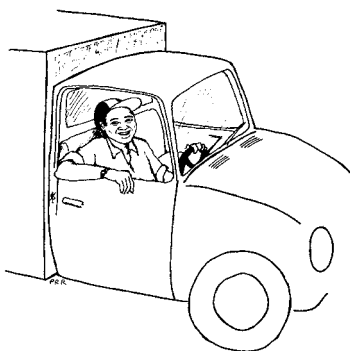
Quand les sages-femmes impliquent la communauté toute entière, elles peuvent trouver des moyens d'aider les femmes qu'elles soignent – ou quiconque dans la communauté. Voici une histoire vraie :

Une solution originale

Dans les petits villages d'Afrique de l'Ouest, si une femme a un problème alors qu'elle est en travail, il lui est très difficile d'aller à l'hôpital ou au dispensaire. Rares sont les villageois qui ont des voitures, et la plupart des chauffeurs de taxis refusent de prendre les femmes en travail. Quand une femme est en danger, sa sage-femme ne peut pratiquement rien faire.

Quelques sages-femmes et villageois ont discuté de ce problème, et ont trouvé une solution ingénieuse. Bien qu'aucun villageois n'ait eu de voiture, tous habitaient au bord d'une grande route. Toute la journée et toute la nuit, des camions chargés de produits roulaient en direction de la ville. Quelqu'un a proposé que dans le cas où une femme aurait besoin d'une assistance médicale pendant sa phase de travail, elle pourrait se faire transporter à l'hôpital par camion.

Pour que ce plan marche, les villageois devaient être sûrs que les camionneurs accepteraient de s'arrêter. Ils en ont discuté avec un membre du syndicat des chauffeurs de camion, et les chauffeurs ont accepté, contents de pouvoir apporter leur aide. À l'heure actuelle, le village a donc un système simple et efficace pour le transport en urgence des femmes enceintes.



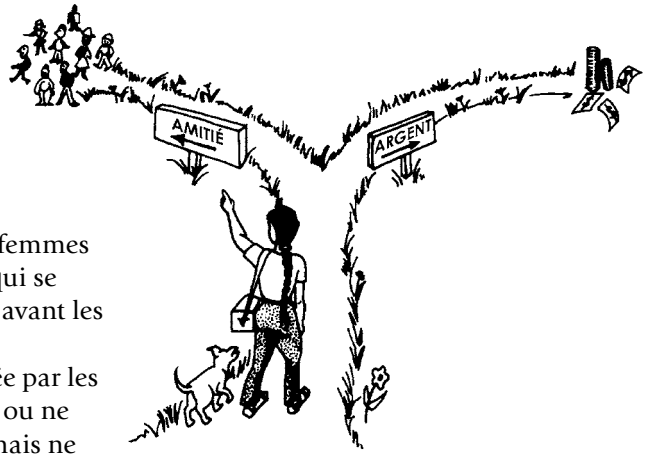
Si une femme doit aller à l'hôpital, la sage-femme met un drapeau jaune près de la route. Quand un conducteur de camion qui passe voit le drapeau, il s'arrête et embarque et la femme et la sage-femme, et les emmène à l'hôpital de la ville.

En agissant ensemble, sages-femmes, villageois, chauffeurs de camion, et syndicat, ont permis de sauver la vie de plusieurs femmes.

Travailler à améliorer la santé des femmes

Si vous voulez que les autres s'occupent d'améliorer leur vie et leur santé, vous devez vous-même aimer ces activités. Si ce n'est pas le cas, qui voudra suivre votre exemple ?

La plupart des sages-femmes font leur travail par amour et parce qu'elles veulent servir la communauté. Bien que leur travail ait une grande valeur, elles sont rarement bien payées (c'est aussi une triste réalité pour beaucoup de soignants et de femmes qui travaillent). Une sage-femme qui se donne beaucoup de mal et met en avant les besoins de sa communauté, sera généralement respectée et appréciée par les gens qu'elle sert. Vous pouvez être ou ne pas être payée pour votre travail, mais ne refusez jamais de soigner quelqu'un de pauvre ou qui ne peut pas vous payer. Tout le monde mérite vos soins et votre entière attention.



Le travail de sage-femme est souvent difficile. Les sages-femmes y passent de longues heures, perdent des heures de sommeil, fatiguent leur corps, mettent leur esprit à l'épreuve. Elles ressentent une très grande responsabilité, qui peut leur causer beaucoup de stress ou des sentiments profondément douloureux. Mais la plupart d'entre elles jugent que ces difficultés méritent largement d'être surmontées, parce que le travail d'une sage-femme apporte aussi une grande satisfaction. Apprendre aux femmes et aux familles à comprendre et soigner leur corps et leur santé, traiter les problèmes graves, et aider à accueillir de nouvelles vies en ce monde, comptent parmi les tâches les plus importantes et enrichissantes qu'on puisse accomplir dans la vie. Notre monde a besoin du précieux travail des sages-femmes, qui y apportent force, santé, et sécurité.

