



# Doula

## Description

La "doula", (mot tiré du grec ancien) est aujourd'hui une femme qui a pour vocation d'accompagner et de soutenir une autre femme et son entourage pendant la grossesse, l'accouchement et la période postnatale, grâce à son expérience et à sa formation.

La doula incarne la figure féminine qui se tenait autrefois auprès de celle qui met au monde son bébé, aux côtés de la sage-femme. Elle travaille donc uniquement en complément du suivi médical choisi par les parents (hôpital, clinique, sage-femme libérale, maison de naissance, etc.).

La doula est une figure familière du couple, de leur(s) enfants, de la famille, présente tout au long de leur apprentissage de la parentalité. Elle offre aux parents la stabilité de son engagement ainsi qu'un soutien "sur mesure" pendant plusieurs mois. Elle s'engage à la confidentialité.

## Compétences

La doula répond si besoin à la communication entre les parents et le corps médical. Elle ne prend pas de décision à la place des parents et ne doit en aucun cas chercher à les influencer.

Elle est présente dès le début de la grossesse (parfois même avant la conception) jusqu'aux premiers mois suivant la naissance du bébé :

- *avant la naissance* : la doula ne propose pas des réponses, mais accompagne les futurs parents dans leur recherche d'information, leurs décisions. Un climat de confiance se tisse au fur et à mesure des rencontres.
- *pendant l'accouchement* : la doula soutient moralement la future mère en créant un environnement rassurant, en l'encourageant ou en s'effaçant pour simplement être présente. Selon les situations, la doula peut faciliter la communication avec le personnel médical.
- *après la naissance* : la doula propose son accompagnement pour l'allaitement, le portage et la découverte des relations avec le nouveau-né. Elle propose son aide quant à l'organisation de la vie quotidienne, oriente éventuellement les parents vers des groupes de paroles ou d'autres praticiens.

Elle écoute les parents qui souhaitent reparler de la naissance.

## **Différence entre doula et sage-femme**

La doula n'exerce pas le métier de sage-femme, qui est une profession médicale réglementée. Elle ne pratique jamais d'acte médical (usage de matériel médical, examen et son interprétation, diagnostique, etc.) et ne prend pas de responsabilité médicale (décision, prescription, etc.).

Son accompagnement est complémentaire de celui de la sage-femme ou du médecin et ne remplace en aucun cas le suivi médical de la mère pendant sa grossesse et l'accouchement. La doula ne suit pas la femme enceinte, elle l'accompagne.

La doula soutient et promeut le travail des sages-femmes, dans le respect réciproque de leurs compétences. Elle travaille à créer du lien, des réseaux entre tous les intervenants médicaux et sociaux.

## **Aspects financiers**

Chaque doula applique des tarifs personnalisés qu'elle a elle-même fixés. Elle peut les adapter à la situation financière de chaque famille. Les tarifs ne sont pas fonction de l'expérience.

Certaines doulas préfèrent proposer un forfait global pour l'ensemble des rencontres avant, pendant et après l'accouchement.

Les prestations des doulas ne sont pas remboursées par la mutuelle. Certaines familles mettent le service de la doula sur leur liste de naissance.

## **Coordonnées**

Il existe un nombre croissant de doulas dans notre pays.

Contactez l'Association Francophone des Doulas de Belgique (AFDB) : <http://www.doulas.be>

## **Références**

Association Doulas de France : [www.doulas.info](http://www.doulas.info)

The Doula Book : How a Trainer Labor Companion Can Help You Have a Shorter, Easier and Healthier Birth  
Second edition- by Marshall, Phyllis Klaus and John Kennell (Perseus Press, 2002)

Les doulas, une présence tout en douceur à la naissance / Adela Stockton - Editions [Le Souffle d'or](#) - 2012