

C

CORPS & ÂME

ALLÔ MAMAN BÉBÉ

DATE LIMITE DE PROCRÉATION DÉPASSÉE

D'après notre sondage exclusif, 69 % des femmes pensent que l'âge limite pour avoir un enfant se situe après 40 ans, et 85 % que les progrès médicaux pourront alors les aider. Désolée, il va falloir revoir votre passeport pour la fécondité : envisager de faire un enfant passé 37 ans, c'est risquer de ne jamais en avoir. L'information est cruelle, méconnue, mais réaliste.



Rachida Dati, Monica Bellucci, Carla Bruni-Sarkozy, Julia Roberts et j'en passe : chaque fois qu'une célébrité tombe enceinte après 40 ans, elle fait inmanquablement la Une des magazines féminins, la presse people en fait ses choux gras et les émissions de télévision y vont de leur « Spécial grossesse tardive ». Si l'on connaît tout de leur « bonheur inespéré », des « joies de la maternité à l'âge de la maturité », curieusement, on ne sait quasiment rien de la façon dont elles s'y sont prises. Grossesse spontanée ? Don d'ovocytes ? Fécondation in vitro (FIV) ? Cela, les médias ne l'évoquent tout simplement pas. Résultat, pour peu que l'on ait un exemple de grossesse tardive dans notre entourage, on finit par s'imaginer qu'avoir un enfant passé 37 ans, c'est aussi facile que d'aller s'acheter un pot de crème antirides au supermarché du coin.

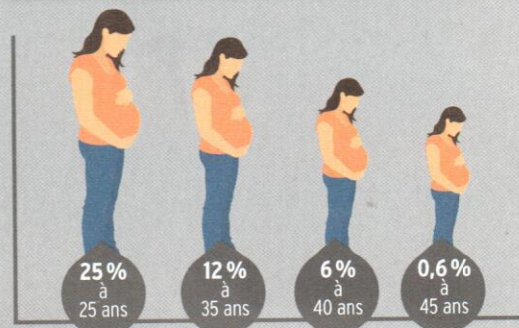
« Est-il facile d'avoir un enfant passé 37 ans ? Non. De tomber enceinte grâce aux progrès de la médecine ? Doublement non. À partir de 38 ans, 30 % des femmes ne réussiront pas à avoir d'enfant, alors que la plupart auraient pu y parvenir deux ans auparavant ! » déplore le professeur François Olivennes, gynécologue-obstétricien spécialiste des traitements de l'infertilité. « En consultation, je rencontre de plus en plus souvent des femmes qui envisagent de fonder une famille sans même savoir que, pour elles, il est déjà trop tard ! Il est urgent d'informer les femmes sur les chiffres réels de leur fécondité¹ », s'impatiente-t-il. En sirotant son Perrier menthe, François Olivennes promène son regard sur les passantes et s'interroge à haute voix : « Je serais curieux de savoir combien d'entre elles vont repousser leur projet de maternité, et pourquoi ? Pensent-elles naïvement avoir tout le temps devant elles ? Que savent-elles au juste de leur fécondité ? »

La fertilité chute dix ans avant la ménopause

Qu'à cela ne tienne, nous décidons d'interroger les femmes, de confronter leurs idées reçues à la réalité toute nue. Direction Ménilmontant, un quartier populaire du nord de Paris. Dès que le printemps pointe son nez, toutes les générations aiment s'y donner rendez-vous à l'heure de l'apéro. Trois jeunes femmes attablées, rieuses et coquettes, acceptent notre intrusion dans leur conversation. Élodie, Sonia et Sandra ont entre 29 et 32 ans. Sur les conseils du Pr Olivennes, nous leur posons une question piège : jusqu'à quand, selon elles, est-il possible de faire un enfant ? Toutes répondent du tac au tac : « Tant qu'on a ses règles, jusqu'à la ménopause. » Perdu ! Le taux de fertilité de la femme chute dix ans avant la ménopause, et ça fait toute la différence. « Cela implique

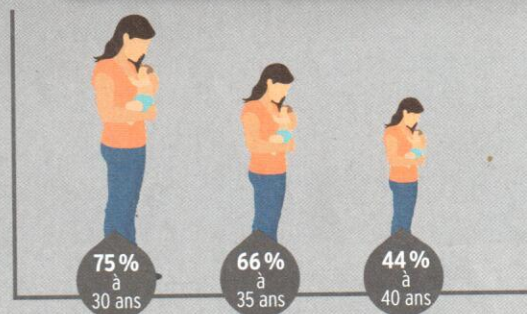
QUELQUES CHIFFRES

LA PROBABILITÉ DE TOMBER ENCEINTE PAR CYCLE EST DE

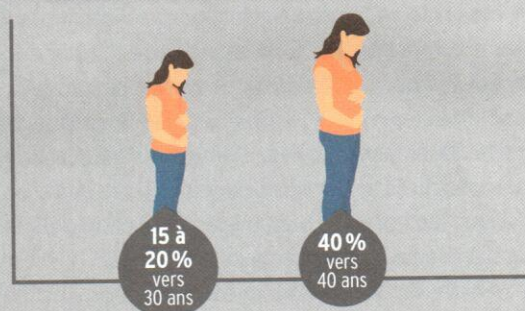


LA PROBABILITÉ DE PARVENIR

À AVOIR UN ENFANT AU BOUT D'UN AN EST DE



LE RISQUE DE FAIRE UNE FAUSSE COUCHE EST DE



Source : étude de l'Institut national d'études démographiques (Ined), octobre 2008.

qu'il y a toute une partie de la vie durant laquelle la femme a ses règles, mais sans pouvoir avoir d'enfant, ou avec des chances très faibles », confirme François Olivennes. Complicé pour notre groupe de jeunes femmes d'à peine 30 ans de se projeter dans un avenir encore lointain. Alors,

1. Il ne faut pas confondre fertilité et fécondité. La fertilité est la capacité biologique à concevoir, la fécondité est le nombre d'enfants mis au monde par femme (approche démographique).



histoire qu'elles se sentent un peu plus concernées, nous sortons l'artillerie lourde, à coups de chiffres franchement flippants : savent-elles qu'à 35 ans, en partant du principe que ni elles ni leurs futurs conjoints ne présentent d'anomalie, elles n'auront que 12 % de chances de tomber enceinte par cycle² ? Que si le miracle de la vie se produit, elles risquent alors, dans 30 % des cas, de faire une fausse couche³ ? Bilan, faire un bébé, même à 35 ans, sera déjà un brin compliqué. Et encore, on ne leur dit pas tout : en cinquante ans, les hommes ont vu leur production de spermatozoïdes chuter de 50 %, ce qui n'arrange rien.

Élodie, Sonia et Sandra ignoraient tout cela. Les chiffres semblent maintenant planer au-dessus de leurs têtes, traverser leurs pensées. Un ange passe... La plus âgée, Sonia, 32 ans, prend la parole : « *Je viens de rompre avec un homme que j'aime encore. Lui et moi étions en couple depuis huit ans. Il voulait un enfant, moi aussi... mais pas tout de suite* », raconte-t-elle, sereine. Ses amies écoutent avec un sourire bienveillant. Sonia poursuit : « *Chiffres ou pas chiffres, s'aimer ne suffit pas. Vouloir un enfant non plus. Tant que je n'aurai pas un CDI ni un appart avec deux chambres, fonder*

4 CLÉS POUR NE PAS PA-NIQUER

- Demandez une analyse hormonale à votre gynéco. Cela permettra d'estimer la qualité et l'étendue de votre réserve ovocytaire, seul moyen d'avoir une idée de sa fertilité.
- Faites-vous prescrire de la vitamine B9 trois mois avant d'arrêter la pilule. Même si l'on ne sait pas bien pourquoi, cette vitamine réduit les risques de fausse couche.
- Inutile de jouer aux apprentis sorciers en calculant sa courbe d'ovulation. Une fois sur deux, on se plante. Il existe des tests d'ovulation très efficaces vendus en pharmacie.
- Le jour J, oubliez les recettes de grand-mère du type « lever les jambes après l'amour ». Le meilleur moyen de tomber enceinte est de s'y coller tous les jours, au minimum tous les deux jours : « *Tomber enceinte, c'est comme le loto : plus on joue, plus on a de chances de gagner* », dit François Olivennes.

une famille me paraît totalement irresponsable. » Élodie et Sandra partagent son analyse, donnant à Sonia l'assurance de conclure : « *Je ne suis pas inquiète. Un jour, toutes les conditions seront réunies.* » Comme Sonia, 43 % des couples

2. Épidémiologie et fertilité, de Daniel Schwartz. Inserm. 3. N'attendez pas trop longtemps pour avoir un enfant, du Pr François Olivennes. Éd. Odile Jacob, 2008.

SONDAGE EXCLUSIF

L'incroyable méprise

Qu'est-ce que les femmes savent au juste de leur fertilité ? Au vu des résultats de notre sondage, elles pensent tout savoir. Mais une immense majorité se trompe, et pas qu'un peu ! Les mieux informées sur l'âge limite de procréation sont les ouvrières et les jeunes. Celles qui sont le plus à côté de la plaque ? On vous le donne en mille, ce sont les Parisiennes et les femmes de plus de 35 ans. Doit-on y voir une forme de déni ?

Ce qui est sûr, c'est que le fossé entre croyances et réalité est immense...

85 %

des femmes jugent que les progrès médicaux sont tels qu'une femme peut aujourd'hui décider à 40 ans d'avoir un enfant.

En réalité, à 40 ans, une fécondation in vitro n'aboutit que dans 9 % des cas.

70 %

des femmes pensent que, tant qu'une femme a ses règles, elle peut concevoir.

En réalité, la fertilité des femmes chute en flèche dix ans avant la ménopause.

69 %

des femmes pensent que l'âge à partir duquel il devient difficile pour une femme d'avoir un enfant se situe entre 40 et 50 ans.

En réalité, il se situe aux alentours de 37 ans. À partir de 38 ans, 30 % des femmes ne réussiront pas à avoir un enfant.

17 %

des femmes interrogées estiment que, de nos jours, les femmes pensent à leur vie professionnelle, leurs finances, leurs relations amoureuses, avant d'envisager de concevoir un enfant.

Ce sondage a été réalisé par l'Ifop pour Causette, du 13 au 16 mai 2014, sur un échantillon de 1037 femmes représentatif de la population féminine française âgée de 18 ans et plus. L'intégralité du sondage est disponible sur www.causette.fr

pensent aujourd'hui qu'il est déterminant d'avoir un emploi stable, 60 % qu'il faut avoir un grand logement pour projeter de fonder une famille⁴. La crise est passée par là...

Une jolie brune de 29 ans rejoint le groupe.

Sous sa robe de velours sombre, on devine un petit ventre rond : « *Eh oui, je suis à huit semaines de grossesse !* » déclare joyeusement Céline, avant de revenir sur la genèse de sa décision : « *Il y a un an, une collègue de bureau s'est confiée à moi. Elle galérait pour tomber enceinte alors qu'elle n'avait que 37 ans. Cette fille avait tout, un bon job, une maison, un mec de rêve – excepté l'en-*

fant, qu'elle n'aura peut-être jamais. Pour moi, ça a été le déclic. Quand je suis tombée enceinte quelques mois plus

tard, mon ami et moi avons décidé de garder le bébé, même si nous n'étions pas très solides financièrement », reconnaît Céline. À la différence de ses trois copines, qui ont décroché

“Chiffres ou pas chiffres, s'aimer ne suffit pas. Vouloir un enfant non plus. Tant que je n'aurai pas un CDI ni un appart avec deux chambres, fonder une famille me paraît totalement irresponsable”

des postes de cadre après un bac + 6 ou 7, Céline n'a pas fait d'études supérieures, elle est assistante médicale. Elle aime son job, sans plus. Cela n'a l'air de rien, mais, en France, les femmes diplômées repoussent plus volontiers leur projet de maternité. D'abord parce qu'elles entrent tardivement dans la vie active, ensuite parce qu'elles accordent davantage de valeur à leur carrière⁵.

« *Le critère économique n'explique pas à lui seul pourquoi des femmes attendent le dernier moment pour faire un*

4. Enquête 2013 de l'Union nationale des associations familiales. 5. *Fécondité et niveau d'études des femmes en France*, d'Emma Davie et Magali Mazuy. Institut national d'études démographiques (Ined), 2010.

enfant, ce serait trop simple, tempère Fabienne Sardas, psychologue à la maternité des Diaconesses, à Paris, et spécialiste des problèmes de maternité et de fécondité. *Au début du ^{xx}e siècle, on mourait à 50 ans, ce qui coïncide avec l'âge de la ménopause, soit dit en passant. En 2014, à 40 ans, on n'est qu'au milieu de la vie! Difficile de concevoir que notre organisme ne suit pas cette évolution, met un coup d'arrêt à notre désir de maternité alors que l'on se sent encore jeune, en pleine forme, plus sereine que jamais.* »

"L'enfant, un élément perturbateur"

C'est exactement le sentiment de Florence, 43 ans. Cette baroudeuse a toujours mis un point d'honneur à profiter de la vie, apprendre à se connaître, se laisser porter par les imprévus, les rencontres, sans trop se poser de questions : *«J'ai grandi dans une famille bourgeoise de Dijon où toutes les femmes ont eu cinq enfants de génération en génération. Je ne me suis jamais dit que je n'aurais pas d'enfant, mais cela ne faisait pas partie de mes priorités. J'adore mon travail, je voyage beaucoup, j'ai des amis dans le monde entier. Je me sens libre! Avec un enfant, j'aurais été beaucoup moins moi-même»*, affirme-t-elle avec assurance.

Pour la psychologue Fabienne Sardas, à l'image de Florence, certaines femmes perçoivent inconsciemment l'arrivée d'un enfant comme une menace : *«J'entends cela tout le temps, des femmes qui assimilent la maternité à une perte de contrôle et à un état de dépendance. Perte de contrôle sur leur vie, sur leur temps, sur leur corps. L'enfant n'est plus un objet narcissique, mais un élément perturbateur qui menace leur équilibre et celui du couple.»*

À 38 ans, Florence tombe enceinte. *«Un accident! Je ne l'ai pas gardé.»* Deux années passent. À 41 ans, elle tombe à nouveau enceinte et, bien que ne se sentant pas «encore

tout à fait prête à renoncer à [s]a liberté», elle décide de garder le bébé. À neuf semaines de grossesse, le cœur du fœtus s'arrête de battre, il faut avorter. Aujourd'hui, sa voix douce, un peu fragile, cherche à convaincre, à se convaincre que l'espoir est encore permis : *«J'en suis certaine, malgré mes 43 ans, je peux encore avoir un enfant.»* Comme 85 % des femmes (voir le sondage page 39), Florence pense que les progrès médicaux l'y aideront. En réalité, la probabilité qu'elle tombe enceinte naturellement est de 5 % par cycle et, à son âge, une FIV aboutirait à une naissance dans seulement 9 % des cas³. Lorsqu'on demande à Florence si elle souhaite qu'on lui communique ces données, elle s'empresse de répondre : *«Non, surtout pas! Je n'en sais rien et ne veux rien savoir. Faire un enfant est pour moi un désir mais ne doit pas devenir un enjeu de vie.»*

Élodie, Sonia, Sandra : les femmes reconsidéreraient-elles leur désir d'enfant si elles étaient mieux informées sur les limites de leur fertilité? Peut-être, ou peut-être pas. Une chose est sûre : savoir, c'est se donner le choix que Florence, elle, n'aura probablement pas.

Virginie ROELS - Photos : Alison BRADY

LES OVOCYTES POUR LES NULS

Notre stock d'ovocytes, c'est comme notre capital soleil, il est inégal selon les femmes, se dégrade et s'amenuise avec le temps. Dès la naissance, nous disposons d'un stock de 500 000 à 1 million de follicules. Pollution, tabac, alcool et drogue accélèrent leur dégénérescence. À partir de 38 ans, l'ovocyte devient de mauvaise qualité, d'où des fausses couches plus fréquentes. Certaines études montrent que 70 % des ovocytes d'une femme de 40 ans sont anormaux. La mauvaise nouvelle, c'est que la fécondation in vitro (FIV) ne peut pas améliorer la qualité de nos ovocytes. La bonne, c'est qu'aujourd'hui le don d'ovocytes (on implante ceux d'une autre femme) conduit à une naissance dans 97 % des cas.

