

Les vertus de l'accouchement naturel  
et les secrets des hormones de l'amour

# L'Arbre et le nid

Un film de Valérie Pouyanne



Une production de STUDIOS LOOM et L'OEIL FOU - Réalisation, caméra, recherche et montage : VALÉRIE POUYANNE  
avec la collaboration de ROGER BOIRE - Producteurs ; ROBER BOIRE et VALÉRIE POUYANNE - Musique originale : JORANE -  
Musiques additionnelles : GILLES POUYANNE - Recherche et contacts : MAUDE POULIN - Distribution : L'OEIL FOU INC.

[www.arbre-et-nid.com](http://www.arbre-et-nid.com)

## L'Arbre et le nid

Dans *L'Arbre et le nid*, des gynécologues et omnipraticiens, Guy-Paul Gagné, Michel Odent, Michael Klein, des sages-femmes, Claudia Faille, Christiane Léonard, tous fervents défenseurs de l'accouchement naturel, nous expliquent les mécanismes hormonaux en action pendant la naissance. S'appuyant sur des études scientifiques qui démontrent l'importance de respecter les processus naturels pour préserver la santé de la mère et du bébé, le film remet en question certaines pratiques courantes en milieu hospitalier et cherche à redonner confiance aux femmes dans leur capacité naturelle de mettre un enfant au monde. En nous plongeant dans l'intimité des familles qui vont vivre un accouchement à domicile ou en maison de naissance, il amène une vision différente de la naissance, loin de l'hystérie et des cris de douleur, imprégnée de douceur, de poésie et d'émotion.



DOCUMENTAIRE 85 MINUTES BLU-RAY / DCP  
SURROUND 5.1

Version française et version anglaise  
sous-titrée

PRODUCTION, RECHERCHE, ENTREVUES,  
CAMERA, MONTAGE, GRAPHISME  
Valérie Pouyanne

PRODUCTION, CAMERA, COLLABORATION  
MONTAGE, SOUTIEN TECHNIQUE  
Roger Boire

MUSIQUE ORIGINALE ET CHANSON  
Jorane

MUSIQUE ADDITIONNELLE  
Gilles Pouyanne

MIXAGE  
Daniel A. Vermette

RECHERCHE ET CONTACTS  
Maude Poulin

PRODUCTION  
Studios LOom et l'Oeil Fou

DISTRIBUTION  
L'Oeil Fou inc. 514-286-1253

RELATIONS DE PRESSE  
Ixiion Communications 514 495-8176



## LE FILM



Quand une femme choisit d'accoucher avec un médecin à l'hôpital ou avec une sage-femme dans une maison de naissance, c'est toute une vision de l'enfantement et de son corps qu'elle va choisir. Au Québec, 25 % des femmes

voudraient accoucher hors de l'hôpital, pourtant seulement 2% ont accès à ce service. Beaucoup de femmes disent par ailleurs préférer accoucher à l'hôpital pour des raisons de sécurité.

Pourtant, nous dit Guy-Paul Gagné, responsable pour le Québec du programme AMPRO (Approche multidisciplinaire en réduction des risques obstétricaux), les études le démontrent bien : pour une grossesse normale, accoucher hors de l'hôpital ne pose pas de problèmes de sécurité.

En fait, les statistiques sont alarmantes. En milieu hospitalier, les interventions obstétricales sont trop nombreuses et parfois effectuées sans réelle justification. Selon

Michael Klein, omnipraticien, les interventions de routine engendrent des cascades d'interventions et conduisent à une augmentation des taux de césarienne. À l'échelle mondiale, les taux de césarienne sont en hausse



continue, dépassant à certains endroits les 50 %. Michel Odent, gynécologue français, militant de l'accouchement naturel, avertit: « Si on continue dans cette voie, dans 50 ans, la césarienne deviendra la façon habituelle de mettre au monde les bébés ».

Que va-t-il alors se passer après quelques générations ?

Si nous en sommes là, nous dit Guy-Paul Gagné, c'est que nous avons perdu la sagesse de l'accouchement naturel. Notre conditionnement culturel est nourri par la peur, explique Jean Zigby, médecin de famille. Les pratiques médicales



reflètent cette perte de confiance dans la nature, incitant les professionnels à en faire trop plutôt que pas assez.

Au Québec, nous avons la chance d'avoir des spécialistes de l'accouchement naturel : les sages-femmes. Présentes au Québec dès les débuts de la colonie française, les sages-femmes ont progressivement cessé de pratiquer à la fin du 19e siècle au profit des médecins. Au cours du 20e siècle, la profession de sage-femme a connu un renouveau et suite à la pression citoyenne, elle a été légalisée en 1999. Depuis, même si elle jouit d'un fort courant de sympathie elle peine à prendre de l'expansion. Les résistances sont nombreuses tant dans le monde médical que dans la population.



Le film nous montre des accouchements en maison de naissance, à l'hôpital, et à domicile. Le contraste entre les différentes situations est saisissant. En découvrant les mécanismes hormonaux en jeu pendant l'accouchement, nous

comprenons que les émotions de la mère, la façon dont elle est accompagnée, les postures et les paroles des professionnels peuvent influencer le déroulement de l'accouchement.

Quand le processus naturel est respecté, que la femme et le bébé bénéficient pleinement des hormones de l'amour et que la femme peut suivre son instinct, l'expérience de la naissance, passage obligé souvent synonyme de douleur,



de stress et d'angoisse, peut devenir une expérience magnifique et positive.

La question se pose alors: la naissance étant le point de départ de l'existence de chaque être humain, les conditions dans lesquelles elle se passe ont-elles un impact sur l'ensemble de la société ?



## MOT DE LA RÉALISATRICE

### LA NAISSANCE D'UNE IDÉE

Je devais avoir onze ans lorsque ma chatte est venue accoucher dans mon lit, tout contre ma jambe. J'ai observé tout ce qui se passait, fascinée. Elle ne semblait pas vraiment souffrir. Allongée sur le côté, elle semblait juste s'étirer pour laisser le passage à ses chatons. Je me rappelle l'avoir vu manger le placenta (sans savoir ce que c'était) avant de s'endormir en ronronnant avec tout son monde accroché à ses mamelles. Cet événement semblait tout à la fois simple et magnifique. Pourtant la chatte avait moins d'un an et c'était sa première portée.

Plus tard, dans ma vingtaine, j'ai eu l'occasion de faire un reportage sonore sur l'accouchement de ma sœur. L'accouchement, qui se déroulait à l'hôpital, a été une illustration parfaite de la cascade d'interventions. Ma sœur, dont les contractions se sont arrêtées en arrivant à l'hôpital, a été branchée à un moniteur, à des perfusions et finalement il a fallu utiliser des forceps pour que sa fille voie le jour. Malgré ce contexte difficile, j'ai été émerveillée par la naissance de ce nouvel être.

Dans mon esprit, cependant, une question est née: pourquoi est-ce qu'une chatte inexpérimentée peut-elle accoucher sans problème par elle-même et qu'une femme doit recevoir des soins médicaux spécialisés ?

Les années ont passé. En 2001, j'ai assisté à une conférence de Michel Odent dans le cadre d'un symposium de périnatalité organisé à Montréal. Ses explications sur les mécanismes hormonaux et le rôle du néocortex m'ont apporté des éléments de réponse. J'ai eu envie de faire un film sur le sujet pour communiquer ces informations aux femmes. En 2005, les circonstances de la vie m'ont amené à vivre moi-même cette expérience de l'enfantement et j'ai mis de côté le projet de film.

Comme beaucoup de femmes, j'aurais bien aimé accoucher en maison de naissance, mais je n'ai pas eu accès à ce service. J'avais une intention très claire d'avoir le moins d'interventions possible et pourtant, deux heures après mon arrivée à l'hôpital, j'étais allongée, branchée à des antibiotiques et de l'ocytocine synthétique, incapable de me déplacer. Tout cela était-il bien nécessaire ? Je n'en avais aucune idée et je me suis donc résignée. La suite de l'accouchement s'est quand même bien passée et j'ai pu goûter les joies de la maternité.

Quand j'ai commencé à émerger des couches et que ma fille a eu une place en garderie, j'ai eu envie de relancer mon projet. Une amie comédienne m'a parlé de la pièce *Naissance* sur laquelle elle travaillait et nous avons décidé, mon conjoint Roger Boire et moi-même, de filmer les répétitions pour intégrer la pièce dans le film. De cette rencontre avec l'équipe de **Naissance** est née la collaboration avec Maude Poulin. Par la suite, les rencontres avec des intervenants en périnatalité - des sages-femmes, des militantes, des accompagnantes - m'ont convaincue qu'il existait un réel besoin d'un film en français sur le sujet. C'est cette conviction qui nous a portés tout le long du processus comme une vague sur laquelle nous avons surfé.



## UN FILM FAIT À LA MAISON ET DES BÉBÉS NÉS À DOMICILE

### UN FILM NECESSAIRE

Depuis 1981, avec le film de Sylvie Van Brabant *Depuis que le monde est monde*, il ne s'est pas tourné d'autre film sur la naissance au Québec. Depuis cette époque, la pratique des sages-femmes a été légalisée, des maisons de naissance ont ouvert leurs portes et les femmes peuvent accoucher à domicile avec une sage-femme. Avec deux politiques de périnatalité successives, les gouvernements ont affirmé leur volonté de réduire les interventions obstétricales et de changer les pratiques. Il n'y a plus de problème, pourrait-on croire. Et pourtant...

Au Québec, en moyenne, une femme sur quatre va subir une césarienne alors que l'Organisation mondiale de la santé considère que le taux acceptable se situe entre 5 et 15 %. Les interventions comme la péridurale, l'injection d'ocytocine synthétique, l'accouchement instrumental et l'épisiotomie restent encore trop élevées. À l'échelle de la planète, les taux de césarienne sont en croissance et le nombre de femmes qui accouchent seulement avec leurs propres hormones est proche de zéro. Quel sera l'impact à long terme ?



Les données scientifiques récentes confirment que, tant pour la santé du bébé que pour celle de la mère, un accouchement vécu avec un minimum d'interventions est préférable. Toutefois, même quand la politique gouvernementale encourage l'accouchement naturel, la force d'inertie du système fait en sorte que les pratiques changent lentement et difficilement. Les croyances et les informations qui orientent les décisions des femmes et des professionnels ne sont pas toujours fondées sur des données probantes. De plus, le conditionnement culturel peut être parfois contraire aux besoins de la femme qui accouche. Voilà pourquoi nous considérons que notre film peut être utile, car, comme le disait Wim Wenders, pour changer le monde il faut changer les images du monde.

#### **LES DEFIS DU TOURNAGE**

L'intention initiale était de filmer trois accouchements dans les trois conditions qui s'offrent aux femmes : à l'hôpital, à la maison de naissance et à domicile, et de filmer si possible une césarienne.

Très rapidement, nous avons trouvé des femmes qui ont accepté d'être filmées à domicile et en maison de naissance. Filmer à l'hôpital s'est révélé beaucoup plus complexe. Tout d'abord, il fallait trouver une famille qui accepte la caméra, puis avoir l'accord de tout le personnel qui pouvait être impliqué dans l'accouchement. Un vrai casse-tête ! Quand nous avons trouvé une femme volontaire pour participer, alors c'est l'équipe médicale qui a refusé globalement d'être dans le film, même hors de l'écran. Finalement, six mois plus tard, en tentant de nouveau de filmer un accouchement dans cet hôpital, j'ai pu, sans difficulté, filmer une césarienne.

Avoir une caméra dans un lieu d'accouchement n'est pas un phénomène naturel et c'est là un paradoxe avec lequel il nous a fallu vivre. Comme nous l'a bien fait comprendre Michel Odent, la caméra peut déranger le processus et créer des difficultés. Pour que cela ne soit pas le cas, il a fallu d'abord créer un lien de confiance

avec les femmes. Elles savaient qu'elles pouvaient à tout moment demander le retrait de la caméra et elles ont eu le choix d'accepter ou de refuser les plans choisis au montage. Le jour du tournage, la réalisatrice était seule avec la caméra, s'adaptant aux conditions d'éclairage pour « se fondre dans les fleurs du tapis ». Ce choix a permis de préserver l'intimité et le bon déroulement de l'accouchement.



### LES DEFIS DE LA PRODUCTION

Produire et réaliser un film documentaire long métrage est un défi. Nous avons choisi de ne pas attendre d'avoir du financement par crainte d'attendre si longtemps qu'il n'y ait, au final, pas de film du tout ! Soutenus par le sentiment que ce film devait être fait, nous avons trouvé les solutions pour pouvoir passer à travers toutes les étapes de production par nos propres moyens.

Ce contexte de production nous a offert une liberté de réflexion et de contenu que nous avons appréciée. Nous avons ajusté la ligne éditoriale au fur et mesure de ce que nous apprenions du sujet. Des questions nous ont habités souvent au cours du tournage et du montage : qu'est-ce que les femmes ont besoin d'entendre ? Comment faire pour qu'elles ne soient pas culpabilisées par le film ? Ceci nous a conduits à sélectionner les informations utiles et à laisser une grande place à la beauté et à la poésie des images d'accouchements en espérant nourrir dans l'esprit du spectateur une belle vision de la naissance.

## BIOGRAPHIES

**VALERIE POUYANNE**

Née en 1963 dans le sud-ouest de la France, Valérie Pouyanne a étudié en communication audiovisuelle à l'Université Toulouse le Mirail. Par la suite, elle a travaillé pendant une quinzaine d'années en tant qu'animatrice et réalisatrice pour des films d'animation à Montpellier (France) et puis dans le jeu vidéo, à Ubisoft, ce qui l'a amenée à immigrer à Montréal en 1998.

Motivée par le désir ardent de participer à une transformation de notre société, elle s'est tournée en 2002, vers le documentaire qui lui paraissait un meilleur outil. En 2005, elle a terminé la réalisation de ***Good enough for two***, un documentaire sur un chef spirituel amérindien qui à l'âge de 92 ans décide de fabriquer un dernier canot. Depuis, elle a participé à quelques projets en tant que scénariste, productrice ou monteuse. ***L'ARBRE ET LE NID***, qu'elle portait en elle depuis longtemps, est son premier long métrage documentaire.

**ROGER BOIRE**

Né à Montréal en 1948, Roger Boire étudie le cinéma en Angleterre au *London Film School*. De retour au pays, il travaille à l'Office national du film du Canada, où il est monteur tout en produisant et réalisant des courts métrages de façon indépendante. Il se fait remarquer pour la réalisation de ***Un gars ben chanceux***, présenté à la Semaine du cinéma québécois en 1977, puis pour celle du court métrage ***Le pied tendre***, mis en nomination pour un prix Génie en 1989. Dans les années 90, il est chez Nanouk Films comme producteur délégué et se lance dans l'écriture de scénarios de long métrage. Comme producteur

et réalisateur indépendant, il a à son actif quelques films. En 1997, c'est un docu-fiction ***La beauté, fatale et féroce***. En 2005, il réalise ***Comment devenir un trou de cul et enfin plaire aux femmes***, comédie romantique sélectionnée pour la Semaine du cinéma du Québec à Paris. En 2009, il coproduit et coréalise avec Jean-Pierre Roy ***Questions nationales*** un long-métrage documentaire. Sa contribution à ***L'Arbre et le nid*** a été à la fois celle d'un coproducteur, caméraman et collaborateur au montage. C'est sa compagnie **L'Oeil Fou** qui a pris en charge la distribution de ***L'Arbre et le nid***.



#### MAUDE POULIN

Maude Poulin est mère de trois enfants et de mille projets. Portée par la force des femmes, Maude consacre ses dix dernières années à la périnatalité et l'humanisation de la naissance. Après avoir habité dix ans en Europe, où elle

devient vice-présidente de l'association Femmes/Sages-Femmes, elle revient au Québec en 2009. Diplômée de *The Alexander Teacher Training School* à Londres, elle enseigne la Technique Alexander aux artistes et aux femmes enceintes. Elle développe ensuite avec la metteuse en scène Johanne Benoit, le spectacle ***Naissance***, adaptation française de ***Birth*** de Karen Brody, qui va tourner au Québec pendant deux ans. Maude a collaboré au tournage de ***L'Arbre et le nid*** par ses contacts avec le milieu des sages-femmes et par sa connaissance du sujet. Elle a aussi réalisé certaines entrevues. Maude est, depuis 2011, étudiante sage-femme à l'Université du Québec à Trois-Rivières .

Le site de ***Naissance***

<http://www.naissancequebec.com/>

LES PRINCIPAUX INTERVENANTS

[www.arbre-et-nid.com](http://www.arbre-et-nid.com)

**Michel Odent**

Gynécologue, auteur de nombreux essais sur la naissance  
Fondateur du centre de recherche en santé primale  
<http://www.primalhealthresearch.com/>

**Guy-Paul Gagné**

Gynécologue, responsable du programme AMPRO au Québec  
<http://www.amproob.com/>

**Michael Klein**

Omnipraticien, chercheur et fondateur d'un forum interdisciplinaire en périnatalité  
MCDG (Maternity Care Discussion Group)  
[www.michaelcklein.ca](http://www.michaelcklein.ca)

**Bernadette de Gasquet**

Médecin, formatrice en périnatalité auprès des hôpitaux  
<http://www.degasquet.com/>

**Marc Zaffran / Martin Winckler**

Médecin, chercheur et auteur d'essais et de romans  
<http://blogue.passeportsante.net/martinwinckler/>

**Christiane Léonard**

Sage-femme  
Responsable des services sages-femmes à la Maison de Naissance Lac-St-Louis

**Claudia Faille**

Sage-femme  
Présidente de Le Regroupement des sages-femmes du Québec  
<http://www.rsfq.qc.ca/>

**Isabelle Challut**

Accompagnante à la naissance, formatrice pour Le Centre Pleine Lune  
<http://www.centrepleinelune.com/>

**Vania Jimenez**

Médecin de famille, fondatrice de La Maison Bleue

**Isabelle Brabant**

Sage-femme, intervenante à La Maison Bleue  
<http://www.maisonbleue.info/>

**Lysane Grégoire**

Militante, présidente du groupe MAMAN  
<http://www.groupemaman.org/fr/index.php>

**Karen Brody**

Auteur de la pièce Naissance et créatrice du mouvement BOLD  
<http://www.naissancequebec.com/>  
<http://www.boldaction.org/>