

# « Il y a encore beaucoup de tabous autour de la prématurité »

Dans son livre « La peur au ventre », la journaliste RTL-TVI revient sur la douloureuse expérience de l'accouchement prématuré de sa première fille, Lou. Pour lever le voile sur une réalité qui concerne 7 % des naissances et délivrer un message de prévention à l'égard des futures mamans surmenées.

ENTRETIEN  
SANDRA DURIEUX

En avril 2019, la journaliste de RTL-TVI et présentatrice du Journal télévisé Caroline Fontenoy a accouché de sa fille, Lou, avec deux mois d'avance. Un souvenir traumatisant qu'elle a souhaité partager dans un livre pour lever les non-dits sur la prématurité et inviter les futures mamans qui en ressentent le besoin à « ralentir le rythme ». « Les mères ne peuvent arrêter de travailler que bien trop tard en Belgique. »

**Votre livre, *La peur au ventre*, revient sur votre douloureuse expérience de la prématurité. Pourquoi avoir décidé de parler d'un sujet aussi intime ?**  
Parce qu'on n'en parle pas beaucoup, c'est un sujet encore tabou pour lequel un gros travail de prévention est nécessaire. Bien sûr, les causes d'un accouchement prématuré sont multiples. Pour ma part, c'est une infection accompagnée d'une grosse fièvre qui a provoqué mes contractions à 30 semaines de grossesse. Mais c'est aussi survenu après des semaines intenses de boulot et une fatigue latente. La grossesse, c'est un marathon. Une petite entreprise qui fonctionne 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Et même si pour la grande majorité des mamans tout se passe extrêmement bien, il faut aussi permettre aux femmes de ralentir le rythme durant leur grossesse pour pouvoir la mener à bon port. Or, en Belgique, les femmes peuvent arrêter de travailler beaucoup trop tard, ce qui peut constituer un facteur de risque. La meilleure preuve est la pandémie au cours de laquelle les futures mamans ont pu rester chez elles, même en télétravaillant mais en s'épargnant d'autres stress comme les transports, ce qui a conduit à une chute des naissances prématurées. CQFD.

**Cette expérience, elle se déroule le 12 avril 2019, à la naissance de votre première fille, Lou. Racontez-nous.**  
Jusque-là, ma grossesse se passait à merveille, je n'avais aucun signe avant-coureur jusqu'à ce que je contracte une infection qui déclenche des contractions répétées. Avec mon mari Jérôme, on s'est retrouvé aux urgences en



pleine nuit et tout s'est enchaîné. J'ai gardé espoir que les choses se rétablissent car les contractions n'avaient pas d'effets sur mon col de l'utérus mais après trois jours, le cœur de ma fille commençait à souffrir. Quand le médecin m'a dit « on va aller la chercher maintenant », je me suis effondrée. Et ensuite, c'est un tsunami car tout s'enchaîne à une vitesse folle. J'ai quelques trous noirs mais je me souviens très bien de sa naissance et surtout de ses pleurs qui m'ont rassurée : elle respirait. J'étais soulagée mais ce n'était que le début du parcours du combattant.

**Oui, car vous êtes alors transférée dans le service de néonatalogie, un monde presque parallèle au sein de l'hôpital. Pourquoi ?**

C'est une unité de soins intensifs où il faut montrer patte blanche pour entrer. Tout le monde n'y a pas accès si bien qu'au sein même de l'hôpital du Chirec, elle est peu connue. Là-bas, on vit au rythme des examens médicaux, des machines qui vibrent dans tous les sens. On y a vécu deux mois dans une sorte de réalité parallèle à laquelle on finit aussi par s'habituer. Je me souviens qu'au début j'étais terrorisée par le signal indiquant que Lou arrêterait de respirer. Après, je n'appelais plus l'infirmière quand ça se produisait, je remuais moi-même ma fille pour qu'elle reprenne son souffle. Là-bas, on côtoie la vie et la mort avec ces fameux codes rouges qui indiquent des urgences vitales pour les bébés.

**Qu'est-ce qui a été le plus difficile durant ces semaines passées là-bas ?**  
Il y eut beaucoup de moments compliqués mais je pointerai deux moments très durs. Le premier jour où on décide de rentrer un peu à la maison

pour se reposer et qu'on doit laisser Lou à l'hôpital. Avec mon mari, on a marché sans oser se parler dans le couloir de l'hôpital et on s'est mis à pleurer dans la voiture. Et puis, comme je le raconte dans le livre, il y a le deuil à faire de ces deux derniers mois de grossesse que je n'ai pas eus alors que tout se passait bien jusque-là. J'ai vécu le syndrome du ventre vide avec du jour au lendemain, plus de bébé et même plus de ventre parce que j'avais à peine pris. J'ai eu le sentiment qu'on m'avait volé ma grossesse.



*J'ai vécu le syndrome du ventre vide avec du jour au lendemain, plus de bébé et même plus de ventre. J'ai eu le sentiment qu'on m'avait volé ma grossesse*

”

**Vous parlez aussi des bons moments vécus malgré tout dans cette vie confinée en néonatalogie...**

Oui, il y a d'abord notre complicité avec Jérôme si bien qu'on arrivait parfois à rire de certaines situations. Cela nous a aidés à ne pas nous laisser abattre. On a improvisé des soirées pyjamas, on s'est permis une petite bière et on a beaucoup sympathisé avec les infirmières qui faisaient un boulot remarquable. Je leur disais qu'elles étaient un peu ma deuxième famille car j'étais en permanence avec elles. Je leur proposais même de me relier du travail administratif pour m'occuper. On s'est aussi beaucoup soutenu avec une maman de la chambre voisine au point qu'on se faisait parfois rappeler à l'ordre par le personnel. J'ai essayé par tous les moyens de chasser la tristesse et de rester positive.

**Très vite, vous vous inquiétez des conséquences potentielles de la prématurité sur votre fille. Quelles sont-elles ?**

Oui, dès avant la naissance, le médecin nous annonce la couleur : il ne faut plus bouger sinon il y a risque de handicap ou de mortalité important pour

notre enfant. C'est ça mon premier contact avec la maternité, et c'est effrayant. On sait que le risque de séquelles neurologiques est important mais au fil des jours et des examens qui sont bons, on est rassuré petit à petit.

**Et qu'en est-il aujourd'hui, vous êtes toujours inquiète pour Lou ?**

Elle n'a aucune séquelle et elle est en pleine forme si bien que j'arrive de plus en plus souvent à oublier qu'elle est née prématurée. Mais je sais que l'entrée à l'école primaire sera importante car cela peut être associé à des troubles de l'apprentissage comme la dyslexie ou la dyscalculie. Mais j'essaie de relativiser. Des tas d'enfants, qui ne sont pas prématurés, sont confrontés à ces troubles et s'en sortent très bien, je ne dois donc pas m'inquiéter à l'avance.

**Est-ce que cette expérience traumatisante a pesé dans le choix d'avoir un deuxième enfant ?**

Etonnamment, non. Sans doute parce que Jérôme et moi sommes toujours positifs et voyons la vie du bon côté, on n'a pas hésité. C'était un risque mais qui était calculé et surtout, cette fois, je savais à quoi nous pouvions être exposés. Mais j'étais déterminée à mener cette grossesse à son terme et je n'avais aucun doute sur le fait que c'était possible. Alors, dès la moindre alerte, comme une contraction, j'ai dit stop, j'arrête et je fais tout ce qu'il faut pour nous préserver. Visiblement, personne à part moi et pas même mon mari ne croyait que j'échapperais à un accouchement prématuré, mais cela ne s'est pas produit. Zélia est née à 40 semaines de grossesse, un petit miracle.

**Est-ce qu'il y a des conseils, des messages que vous souhaiteriez faire passer aux parents un jour confrontés à la prématurité ?**

D'en parler, si possible avec des gens qui sont passés par là. Moi, c'est ce qui m'a le plus aidée. De savoir aussi que les bébés et les enfants ont une force incroyable et que leur état évolue très bien dans la grande majorité des cas. Mon livre est aussi là pour apporter un message d'espoir.

**La journaliste de RTL-TVI veut sensibiliser les futures mamans à se ménager durant la grossesse.** © DR



**La peur au ventre,** CAROLINE FONTENOY, Ed. Kennes, 228 pages, 24,90 €.