

# Les femmes gardiennes de la santé

La charge mentale de la santé des proches revient largement aux femmes. Ce phénomène aussi massif que peu visible ne suscite que rarement de la reconnaissance.

**E**n 2018, une jeune interne en stage aux urgences pédiatriques d'un hôpital de la région parisienne, surprise par le décalage d'implication entre les pères et les mères quant à la santé de leurs enfants, ouvre un compte sur Twitter qu'elle intitule « charge mentale pédiatrie ». Elle poste des propos des pères: « Je n'ai pas le carnet de santé, c'est ma femme qui sait où il est. » « Petite de 15 mois. Le père tend son téléphone portable: "Je ne connais pas trop l'histoire, ni ses antécédents. Mais lisez, sa mère m'a écrit un texto qui explique tout". » Depuis, d'autres ont continué à alimenter le compte: « Aujourd'hui, devant moi au laboratoire, un père accompagné de ses deux enfants pour des tests, qui ne savait pas lequel des deux en avait besoin... » Encore un au-

tre: « Les vaccins sont à jour? Silence du père. Le fils de 13 ans prend la parole: "Oui. Papa, Maman t'avait pourtant tout bien expliqué avant de partir..." »

Depuis quelques années, a essaimé la notion de charge mentale qui pèse sur les femmes. Moins visible que les tâches ménagères, la prise en charge de la santé d'autrui revient elle aussi massivement aux femmes. « Qu'il s'agisse de gérer les soins du quotidien ou les problèmes aigus, le grave ou le moins grave, ou même le handicap, on retrouve toujours les femmes en première ligne », confirme Géraldine Bloy, sociologue de la santé à l'université de Bourgogne. Elle met en garde: « La charge mentale ce n'est pas qu'abstrait, cela implique aussi un souci concret du corps et des besoins des proches qu'il va falloir articuler de façon

pragmatique. C'est un travail de fond, parfois sans répit, pour trouver les solutions adaptées. »

Les femmes s'occupent d'emmener les enfants chez le médecin, de les garder à la maison

**« Plus souvent dans la sollicitude, elles se mettent davantage en charge d'éviter la souffrance à autrui. »**

quand ils sont malades, de leur donner leurs traitements, etc., mais aussi souvent de l'époux qui néglige son suivi médical et des parents vieillissants à accompagner dans leur parcours



de soin. « Mon père a deux cancers, témoigne Frédérique, 51 ans. Par des associations de malades, je l'ai mis en contact avec des professeurs de médecine qui lui ont proposé des traitements décisifs sans lesquels il ne serait peut-être plus là. »

Pourquoi ces tâches reviennent-elles largement aux femmes, qui s'en emparent volontiers? « Un ensemble de perceptions leur attribue des réponses plus pertinentes et empathiques que les hommes dans le domaine du bien-être et de la santé, estime Emmanuel Ballet de Coquereau, psychopraticien auteur de *J'arrête d'être mal dans mon couple* (Eyrolles). Plus souvent dans la sollicitude, elles se mettent davantage en charge d'éviter la souffrance à autrui. » La psychanalyste Nicole Prieur, autrice de *Ces trahisons*

qui nous libèrent (Pocket), relie ce phénomène massif au maternage: « Il se prolonge par un souci de préserver les enfants jusqu'à enfermer les femmes dans une identité: "Je suis une bonne personne parce que je veille sur tout le monde". » Claude Martin, sociologue, directeur de recherche émérite au CNRS, complète: « Le fait de donner la vie incite à penser que les femmes sont davantage disposées à donner la priorité à autrui plutôt qu'à elles-mêmes et perçues comme égoïstes si elles ne le font pas, une représentation qui ne pèse pas sur les hommes. »

L'investissement des femmes est aussi le fruit de politiques de santé publique, rappelle Géraldine Bloy: « Au XVIII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles, les mères ont été les cibles de la philanthropie et de l'hygiène, notamment pour di- ●●●

# l'humain dans un monde qui change



Quand un enfant tombe malade, ce sont le plus souvent les femmes qui prennent des jours de congé pour s'en occuper. Marie Bienaimé/BSIP/AFP

●●● minuer une forte mortalité infantile. Elles en gardent un rapport à la prévention plus cohérent que les hommes, une qualité relationnelle dans la consultation avec les médecins et des demandes d'explications plus importantes. » Différent, le rapport à la santé et au corps chez les hommes, teinté de virilisme, accorde moins de place à l'idée de vulnérabilité. « C'est une relation à soi plus technique, plus tournée vers l'efficacité et l'action, moins dans la réflexivité, l'anticipation de la façon de vieillir », poursuit la sociologue de la santé. De femmes interlocutrices plus affûtées aux interlocutrices uniques, il n'y a qu'un pas. « Nous, les soignants, avons le réflexe d'appeler la maman, ou, face à plusieurs personnes, de parler à la femme pour gagner du temps », reconnaît Hélène Rossinot, médecin

spécialiste des soignants, autrice de *Aidants, ces invisibles* (L'Observatoire).

Dans ce domaine comme dans les autres, la charge mentale des femmes pèse parfois lourd sur leur santé lorsque, trop dévouées aux autres, elles ne parviennent plus à prendre soin d'elles-mêmes. « Déléguez, partagez les tâches, arrêtez de penser que votre conjoint fera moins bien que vous, conseille Aurélia Schneider, médecin et autrice de *La Charge mentale des femmes... et celle des hommes* (Larousse). Il faut lâcher le contrôle, cesser d'être perfectionniste, même si ce n'est pas forcément facile sur la santé. » Arrêter d'être sur tous les fronts, c'est la voie suivie avec plus ou moins de succès par Gabriella, 60 ans : « J'ai demandé à mes enfants devenus adolescents de gérer eux-mêmes leurs rendez-

vous chez l'orthodontiste. Mais maintenant c'est ma fille qui rappelle à son frère, plus âgé, d'aller chez le dentiste, ce qu'il néglige. J'ai cessé de dire à mon mari de consulter pour des douleurs dans

**Différent, le rapport à la santé et au corps chez les hommes, teinté de virilisme, accorde moins de place à l'idée de vulnérabilité.**

les pieds qui ont duré des mois. Maintenant, vieillissement aidant, il prend sa santé en main. Restent le chien et le chat que per-

## repères

57% des aidants sont des femmes

En 2017, la BD *Fallait demander ! d'Emma* (éditée dans le tome 2 *Un autre regard*, aux



éditions Massot) popularise l'expression de charge mentale. Courses, repas, ménage, linge,

éducation des enfants, préparatifs des vacances... les femmes échappent dans peu de secteurs de la vie domestique à ce travail, insuffisamment partagé avec les hommes.

La charge mentale sur les questions de santé est difficile

à mesurer. Selon la Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Drees), 57% des aidants sont des femmes. Mais plus l'engagement est lourd, plus elles sont concernées : elles représentent 67% des aidants mobilisés plus de trente-quatre heures par semaine. Chez les parents d'enfants de moins de 20 ans qui nécessitent une aide (handicap, maladie), 83% des pères travaillent à temps plein, mais seulement 23% des mères.

59% des mères prennent habituellement les jours de congé pour enfant malade, contre 25% des pères, selon une étude menée en 2019 par le Conseil supérieur de l'égalité professionnelle et l'Institut BVA.

sonne d'autre que moi à la maison ne semble songer à emmener chez le vétérinaire pour des vaccins ou une boîtier persistante ! »

Mère d'une petite fille de 3 ans qui présente des retards, Anouchka, 33 ans, partage avec son mari son accompagnement à trois ou quatre consultations par semaine. « En revanche, l'organisation m'incombe complètement. Pendant six mois, j'ai activé tous nos réseaux pour trouver une orthophoniste et inscrit Apolline sur une soixantaine de listes d'attente. Je prends tous les rendez-vous et je gère les reports. Si le suivi devenait plus lourd, mon mari envisage de s'arrêter de travailler, ce que je trouve très moderne. » Lâcher du lest au profit des hommes, est-ce la clé ? Pour Géraldine Bloy, c'est sous-estimer l'étendue des difficultés : « Il ne s'agit pas seulement de négociations au sein du couple. Il existe tout un système sociétal avec des questionnements sur l'engagement au travail d'un homme s'il prend des congés pour enfant malade et des institutions de l'enfance qui se tournent spontanément vers les mères. » Anouchka demande désormais à la crèche de contacter le père lorsque leur cadette, sujette à des otites à répétition, tombe malade : « Le ton envers moi était agressif. "Pourquoi ne l'avez-vous

pas encore emmenée chez le pédiatre ? " Jamais mon mari n'est mis en cause de cette manière. »

La difficulté actuelle à accéder aux soins renforce les compétences des femmes, constate Géraldine Bloy : « Elles discriminent plus finement les symptômes, effectuent davantage un travail de coordination des spécialistes, trouvent le mot qui va convaincre la secrétaire de passer entre deux rendez-vous, jonglent avec Doctolib à toute heure, développent leurs capacités de mémorisation, de verbalisation et de synthèse pour s'adresser à des médecins qui ne connaissent pas leur enfant. » Mais les hommes aussi, en particulier les plus jeunes, montent en compétence sur les questions de santé, la leur, celle de leurs enfants et parfois celle de leur compagne, chez les couples âgés notamment. « Même si elles sont généralement plus jeunes au sein des couples, les femmes sont plus touchées que les hommes par les démences de type Alzheimer, relève Géraldine Bloy. Dès lors, les maris se retrouvent en position d'aidants, bénéficiant dans ce quotidien difficile de reconnaissance et d'admiration là où le même engagement d'une femme est considéré comme allant de soi. »

Corinne Renou-Natival