

ACCUEIL • ACTU SOIRMAG

## Un bébé à 40 ans: la course contre la montre

Les femmes en désir d'enfant sont de plus en plus nombreuses à entamer une première grossesse tardive.

Article réservé aux abonnés



Son fils Achille lové dans ses bras, Isabelle savoure cette première maternité. - DR



Direct - Journaliste

Par Myriam Bru

Publié le 30/04/2024 à 09:00 | Temps de lecture: 7 min

En Belgique, dans les années 1970, à la naissance de leur premier enfant, les femmes n'étaient âgées que de 23-24 ans. La différence avec aujourd'hui est énorme : l'âge moyen au premier enfant est désormais passé à... 31,2 ans pour les mères et 34,3 ans pour les pères. La fécondité tardive n'est certes pas un phénomène nouveau, mais ce qui a changé, c'est qu'autrefois, à cet âge-là, il s'agissait pour les futures mamans d'une quatrième, voire d'une cinquième grossesse.

Aujourd'hui, dans le monde occidental, les femmes fondent leur famille plus tardivement, voire même en se passant de conjoint. Il peut s'agir d'un choix délibéré, c'est le cas des femmes – de plus en plus nombreuses – qui décident de privilégier leurs études ou leur carrière tant qu'elles ont la possibilité de grimper les échelons. La grossesse tardive peut aussi provenir du désir de ne pas précipiter les choses en se donnant le temps de trouver le meilleur père possible. Pour d'autres, elle est bien souvent le résultat d'une longue lutte pour venir à bout d'un problème de fertilité. Le premier bébé né grâce à une fécondation in vitro, qui consiste à féconder un ovule avec des spermatozoïdes en laboratoire, a vu le jour à Oldham, en Angleterre, le 25 juillet 1978. Depuis, plus de 12 millions d'enfants dans le monde sont nés grâce à cette technique qui certes ne rajeunit pas les ovaires mais accélère et améliore le processus... qui ne vient pas.



## L'impitoyable horloge biologique

De l'eau a coulé sous les ponts et aujourd'hui, la science nous prépare d'autres surprises, de nouvelles techniques de procréation actuellement en voie d'exploration. « *Il y a cependant une chose qui ne change pas*, rappelle le Dr Romain Imbert, chef de service du Centre de procréation médicale assistée à l'hôpital Delta (Bruxelles), *c'est l'âge de la ménopause. Une étape dans la vie des femmes qui se situe en moyenne autour de 51 ans.* »

À partir de 30 ans déjà, le nombre d'ovocytes diminue en effet, plus encore à partir de 37 ans. Un rapport de l'assurance-maladie Ameli (France) nous apprend ainsi que le risque de ne pas être mère, qui augmente avec l'âge, est de 4 % à 20 ans, 14 % à 35 ans, 35 % à 40 ans et 80 % après 45 ans. « *Pour les femmes, le facteur temps va indéniablement jouer : la qualité de leurs ovocytes et le stock de ceux-ci diminuent bien plus rapidement que la réserve et la qualité des spermatozoïdes* », nous explique le Dr Imbert. Avec le temps, les ovocytes qui restent risquent de présenter à la fois des lésions de l'ADN et des anomalies au niveau des chromosomes. L'horloge biologique tourne ainsi inexorablement, elles le savent, et pourtant de plus en plus de femmes deviennent mères plus tard, à l'approche de la quarantaine, voire même un peu après. Explications.

## Le contexte sociétal a changé

À l'heure actuelle, la durée des études a augmenté et les conditions de vie ont changé. Les difficultés pour trouver un emploi ou, le cas échéant, le désir de ne pas interrompre une carrière prometteuse, le souhait d'attendre de rencontrer le père idéal, celui de dégoter un logement à soi, mais aussi l'envie d'être autonome et de ne plus devoir dépendre des parents sont autant de facteurs qui incitent à réfléchir deux fois avant de se décider à faire un enfant. Les priorités sont placées ailleurs, et le temps passe...

Mais il n'y a pas que « vouloir » un enfant, il y a aussi « pouvoir » le faire. « *Les causes génétiques d'infertilité sont plutôt rares*, rassure le Dr Imbert. *Dans certains cas, il peut y avoir une diminution de la qualité des ovocytes ou une mutation au niveau des chromosomes qui diminue le stock d'ovocytes, entraînant une ménopause avant 40 ans. Aujourd'hui, les jeunes femmes ont cependant la possibilité de congeler leurs ovocytes et de les "utiliser" plus tard. Ils garderont toujours la qualité de l'âge auquel ils ont été prélevés.* » À l'heure actuelle, en ce qui concerne la congélation d'ovocytes, on voit que ce sont principalement des femmes entre 35 et 40 ans ayant d'ambitieux projets professionnels qui recourent le plus à cette technique afin de préserver leurs « chances » d'être mère un jour. Selon la loi belge, les ovocytes congelés sont conservés dix ans.

## La loterie des FIV

La technique de la fécondation in vitro (FIV) permet de créer un embryon avec son propre ovocyte ou celui reçu d'une femme qui a fait un don anonyme et/ou les spermatozoïdes du futur père ou d'un donneur anonyme. « *Si l'on a recours à une donneuse d'ovocyte, le taux de réussite dépend aussi de l'âge de celle-ci. Plus elle est jeune (aux alentours de 25 ans), meilleurs sont les résultats*, précise le Dr Imbert. *Cela dit, il faut savoir que les FIV coûtent cher (cela dépend si la mutuelle intervient), il faut compter 2.000 euros par essai, que l'aventure n'est pas de tout repos et que le résultat est non garanti.* » Statistiquement, à 30 ans, une FIV a 35 % de chances de réussir, à 43 ans seulement 16 %. L'âge moyen des femmes ayant recours à la fécondation in vitro est actuellement de 35 ans.



Les pères aussi arrivent de plus en plus tard sur le « marché » de la reproduction. « On les appelle les *Advanced Paternal Age (APA)* : ce sont des hommes de 55 ans et plus qui partagent un nouveau projet parental avec une femme de 20 ans de moins, observe le Dr Imbert. Or, il faut savoir que les hommes ne sont pas à l'abri du vieillissement des gamètes. De «vieux» spermatozoïdes, à l'instar de «vieux» ovocytes, peuvent être à l'origine de malformations chez l'enfant. » Dans un article du « Figaro » consacré au sujet, on apprend que les hommes qui deviennent pères après 45 ans courent aussi plus de risques d'avoir des enfants souffrant de troubles bipolaires, d'autisme ou d'hyperactivité.

## Il n'y a pas d'âge, mais...

« Les centres de PMA (procréation médicale assistée) élaborent donc leurs propres clauses de conscience, explique le Dr Imbert. Si la législation ne prévoit pas d'âge limite pour être père, certains centres de PMA refusent cependant de prendre en charge les hommes au-delà d'un certain âge. Quant aux femmes, la loi n'autorise les FIV avec leurs propres ovocytes que jusqu'à 45 ans (43 ans pour obtenir le remboursement mutuelle). » Enfin, il faut savoir que si la qualité et le nombre d'ovocytes sont influencés par l'âge, l'utérus, en revanche, est moins impacté par le vieillissement, même chez une femme ménopausée. De tous les organes, ce sont en effet les ovaires qui vieillissent le plus rapidement.

Avec l'âge, le risque augmente de développer des anomalies génétiques pouvant conduire à la stérilité ou à des fausses couches. Voilà pourquoi les scientifiques de par le monde tentent à tout prix de trouver le moyen de retenir les aiguilles de l'horloge biologique. Parviendront-ils un jour à prolonger la fécondité féminine ? En janvier 2024, un article du « National Geographic » mettait en évidence le travail du Pr Francesca Duncan (Université de Northwestern – États-Unis) qui a remarqué qu'en durcissant au fil du temps, les ovaires devenaient sujets aux fibroses. Avec son équipe, elle étudie désormais le moyen d'assouplir les ovaires afin de prolonger leur fécondité et a déjà obtenu un résultat prometteur : le rétablissement de l'ovulation chez des... souris âgées de 15 mois (= 50 ans en âge humain). Certains chercheurs travaillent sur l'hormone AMH produite par les follicules à l'intérieur des ovaires. D'autres tentent l'incroyable : l'étude de la « gamétogénèse in vitro » qui permettrait de créer des gamètes à partir de cellules souches provenant d'autres types de cellules, comme une cellule cutanée ou encore la création d'un utérus artificiel où grandirait le fœtus ! Créé en 2019, le « Consortium mondial pour la longévité et l'égalité de la reproduction » a attribué 14 millions de dollars à 48 scientifiques, dont le Pr Duncan précité fait partie, afin d'explorer de nouveaux horizons pour remédier au problème du vieillissement de l'appareil reproducteur féminin. Mais dans tout cela, quelle place laisserons-nous encore à l'humain et à l'éthique ? Jusqu'où oserons-nous aller pour connaître le bonheur d'être parent d'un enfant qui nous ressemble ?

### Isabelle: «J'ai attendu le papa idéal»

Par **Myriam Bru**

À la naissance d'Achille, Isabelle, tout comme son mari, avait 40 ans. Et 42 lorsqu'Émeline a vu le jour. Cette maman dynamique d'origine anversoise, professeur de français dans un collège en Flandre, est visiblement reconnaissante de ce que la vie lui a apporté. Ses enfants, âgés aujourd'hui de 4,5 ans et 3 ans, sont pleins de vie et en bonne santé. « Nous sommes émerveillés au quotidien », sourit-elle.





Et pourtant, une première grossesse tardive, ce n'est pas ce qu'il y a eu de plus facile à gérer. Avoir son premier enfant à 40 ans n'était pas un choix pour Isabelle, qui n'a rencontré son mari que « *sur le tard* », comme elle dit, et qui a commencé par... une fausse couche. « *Il faut savoir qu'à partir de 35-37 ans, les médecins parlent déjà de "grossesse gériatrique", dit-elle, mi-fâchée mi-amusée. Il est vrai que c'est une loterie, il peut se passer plein de choses. J'ai eu finalement beaucoup de chance : deux grossesses sans difficultés. Mon gynécologue était attentif et me félicitait à chaque étape ! En réalité, je n'ai jamais été fort inquiète.* » Par rapport à sa grossesse tardive, Isabelle ne cultive aucun regret, sauf peut-être celui de n'avoir pas eu de troisième enfant. « *Mais on s'est dit qu'on n'allait pas tenter le Diable...* », précise cette maman consciente non seulement que les risques n'allaient faire qu'augmenter, mais qu'il allait aussi lui falloir conserver toute son énergie pour veiller sur ses deux bouts de chou.





DR

« Devenir parents à 40 ans a des avantages et des inconvénients, reconnaît-elle. C'est sportif, il faut l'avouer : on se remet moins bien des nuits blanches qu'à 20 ans ! Qui plus est, nos propres parents sont aussi plus âgés, je ne peux pas leur laisser les enfants durant une semaine pour partir en amoureux... On craint également un peu plus pour l'avenir puisqu'on sera plus âgé, surtout si un enfant connaît un jour un problème de santé. Mais cette parentalité tardive nous apporte aussi énormément : devoir donner toute son attention à quelqu'un d'autre que soi, c'est waouw ! On travaille tous les deux à 80 % par choix, afin de préserver notre vie de famille. En tant que parents plus âgés, on est plus dans le mode "on profite". Nous avons déjà une situation, une maison, sommes plus ancrés dans la vie, plus posés aussi. Et puis, on sait que le temps file, donc on le prend et on réagit aussi plus en adultes lorsque des problèmes surviennent. Je suis une maman "cool", peu stressée par l'éducation. Je parlais bardée de principes, mais les enfants ont l'art de mettre leur grain de sel dans notre organisation. Des choses censées prendre un quart d'heure durent parfois une heure. On se rend alors compte de ce que nos parents ont fait pour nous... »



## La fertilité perturbée par l'environnement

Par **Myriam Bru**

Les perturbateurs endocriniens – des substances susceptibles d'altérer la production de certaines hormones – sont de plus en plus évoqués comme l'une des causes potentielles de puberté précoce et de l'infertilité des femmes. Il s'agit notamment des parabènes, du bisphénol A, des phtalates, des pesticides, retardateurs de flammes dans les fauteuils, des composés perfluorés dans les poêles antiadhésives ou encore du triclosan dans certains déodorants et dentifrices... « *Plusieurs études mesurent ces taux de perturbateurs endocriniens, mais il est encore difficile de déterminer avec précision leur impact, en particulier sur le stock et la qualité des ovocytes*, reconnaît le Dr Imbert. *En revanche, certaines professions, comme les agriculteurs, sont plus exposées aux pesticides et l'on observe une diminution de la qualité de leurs spermatozoïdes.* » Effet que confirme une étude menée par l'Université de Genève (Suisse) et des épidémiologistes de Rennes (IRSET-France) qui a mis en évidence les effets nocifs des perturbateurs endocriniens (principalement les pesticides, les phtalates et les métaux lourds) sur le développement de l'appareil reproducteur de jeunes hommes y ayant été exposés in utero ainsi que sur leur production de sperme à l'âge adulte.

Le risque pour eux d'être en dessous de la norme établie par l'OMS (Organisation mondiale de la santé) est apparu deux fois supérieur. Les chercheurs attendent toutefois des études complémentaires pour voir si cela aura également un impact sur leur fertilité future. D'autres polluants semblent avoir un impact sur la vie reproductive ; c'est le cas de certains aliments emballés dans des matières plastiques, des cosmétiques, des détergents, de certains traitements phytosanitaires... Ces polluants peuvent agir tant sur les gamètes adultes (ovules et spermatozoïdes) que sur la fécondation, le développement de l'embryon et le nouveau-né.

## Delphine, façon «maman solo»

Par **Myriam Bru**

Quand Maxime est né, il y a quatre ans, Delphine avait 41 ans. Depuis toujours, cette orthodontiste bruxelloise rêvait de devenir maman. Mais la vie n'est pas toujours aussi simple et à 35 ans, la jeune femme n'ayant toujours pas rencontré l'homme de sa vie, a préféré prendre les devants... « *Je ne concevais pas ma vie sans enfant ! Comme j'étais toujours célibataire, je me suis dit qu'il fallait être réaliste, que je me rapprochais dangereusement de la quarantaine... J'ai donc analysé les différentes options qui s'offraient à moi en Belgique et à l'étranger et j'ai finalement opté pour une PMA (procréation médicale assistée, nldr) en Belgique pour des raisons pratiques, avec un donneur anonyme.* » Delphine se lance alors dans le parcours du combattant réservé aux mamans célibataires qui doivent passer de nombreux examens médicaux – tous les mois pendant un an – mais aussi psychologiques, pour voir si elles sont « aptes » à élever un enfant. Le temps passe. Vient enfin le moment de passer à l'acte. Delphine, qui garde à l'œil l'horizon des 40 ans, se verra proposer 12 essais, un par mois, boostés par un traitement hormonal.





Arnaud Vanderplancke

Résultat : 1, 2, 3... puis 9, 10... tous infructueux ! À la 11e tentative, qui se solde aussi par un échec, le moral de Delphine vacille mais tient bon, grâce à sa volonté et au soutien de sa famille. Elle sait qu'il lui reste une chance et là, le miracle se produit. Le 12e essai est une victoire qui dans neuf mois s'appellera Maxime. *« Je m'étais tellement habituée aux échecs, à l'idée que c'était l'une de mes dernières chances, que je n'ai pas annoncé à tout le monde que j'étais enceinte, se souvient Delphine. A commencé alors le stress de ne pas être capable de mener à bien la grossesse. J'étais anxieuse, mais mon inquiétude s'est révélée infondée, car Maxime est né post-terme. On a dû provoquer sa naissance et l'accouchement fut un réel calvaire ! J'ignorais qu'une chose pareille put encore exister au XXIe siècle : j'ai subi une césarienne sans anesthésie parce que le médecin l'a décidée trop tard, en voyant mon bébé en détresse. Il m'a dit cette phrase incroyable : "La prochaine fois, on prendra un donneur avec une plus petite tête." J'espérais ne pas avoir un enfant unique, mais mon accouchement aura été le coup de grâce... ».*



DR





Delphine, qui assume seule l'éducation de son fils Maxime, savoure son bonheur. - DR

On est alors en décembre 2019. La crise du Covid-19 s'annonce et va gâcher les premiers mois de maternité de Delphine qui rêvait d'emmener son bébé à gauche et à droite et de le présenter aux amis. Aujourd'hui, heureusement, tout cela appartient au passé. Son frère, qui est le parrain de Maxime, représente l'image paternelle à laquelle le petit garçon pourra se référer. *« Le fait d'avoir été mère à 40 ans, avec donc plus de maturité, m'a probablement empêchée de commettre certaines erreurs. Sur le plan professionnel, j'ai eu le temps de construire ma carrière et d'avoir une situation stable, estime-t-elle. Par contre, ma résistance physique est clairement inférieure à celle que j'avais il y a dix ans. Devoir aller bosser le lendemain de nuits entrecoupées, c'est épuisant, physiquement et psychologiquement. Les sollicitations d'un bébé sont intenses et je dois les assumer seule. Cela dit, j'ai des copines mariées qui font tout toutes seules aussi... (elle rit). Et puis, je crains également que, quand mon fils sera ado, je risque plus de déguster... »*

### Stéphanie: «On vit les choses différemment»

Par **Myriam Bru**

Responsable du département financier dans une société bruxelloise, Stéphanie avait 40 ans à la naissance de sa fille, Charline. *« Mon mari et moi nous sommes rencontrés tardivement, j'avais 35 ans et lui 39. À peine s'est-on dit "OK, ça marche entre nous, on peut à songer à avoir un enfant", que le temps avait déjà filé. C'est alors qu'on s'est rendu compte qu'on allait devoir entrer dans un processus de procréation médicale assistée, via insémination artificielle... »* Cela aussi prend du temps : le couple doit passer par une batterie d'exams, les rendez-vous médicaux se multiplient et les essais d'insémination doivent tenir compte du cycle ovarien de la future maman...





DR

Quand les deux travaillent, tout cela n'est pas simple à gérer. « *J'ai encore été assez chanceuse, reconnaît Stéphanie. Le troisième essai s'est déjà révélé fructueux. Mais je savais aussi qu'à 40 ans, ma grossesse allait être considérée à risque. On aurait vraiment voulu un deuxième enfant, mais j'ai été très malade durant toute ma grossesse. À un moment donné, je ne savais même plus ni bouger ni boire... J'ai accumulé la fatigue, l'âge n'a pas aidé évidemment. J'ai aussi mis énormément de temps à me remettre de l'accouchement. Tellement, qu'une fois remise, j'ai compris que j'avais atteint une limite et que je ne supporterais pas que tout cela se répète si j'attendais un autre enfant.* »





La naissance de la petite Charline a véritablement chamboulé la vie de ses parents. - DR

Il n'empêche que le jour où elle a appris qu'elle était enceinte de Charline, Stéphanie a ressenti une joie immense : *« Et, en même temps, on se rendait compte que notre vie de "vieux célibataires" allait être chamboulée. Jusque-là, on avait une vie différente de celle de notre entourage et là, on allait rejoindre le club de ceux qui avaient des enfants. Vous savez, la phrase qui nous a fait le plus mal et qu'on nous a souvent dite, c'est : "Vous ne pouvez pas comprendre, vous n'avez pas d'enfant." On est quand même capable d'imaginer, non ? »* Et si c'était à refaire ? *« Je n'hésiterais pas. À 40 ans, on vit les choses différemment, on les prend comme elles viennent, on est moins stressé avec notre bébé que l'on emmène partout avec nous. Évidemment, si j'avais pu choisir, j'aurais préféré le faire plus jeune, car on a alors plus d'énergie et sans doute de patience. »*



DR