

Fille ou garçon ?

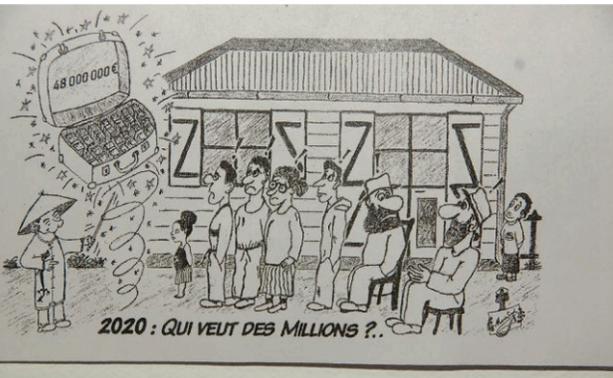
Zoom sur la méthode "MyBuBelly"
qui associe des techniques naturelles
pour choisir le sexe de son bébé.

Pages 12-13



VOUS AVEZ (PRESQUE) LE CHOIX !

Le Tampon
Le tract raciste
qui fait polémique Page 6

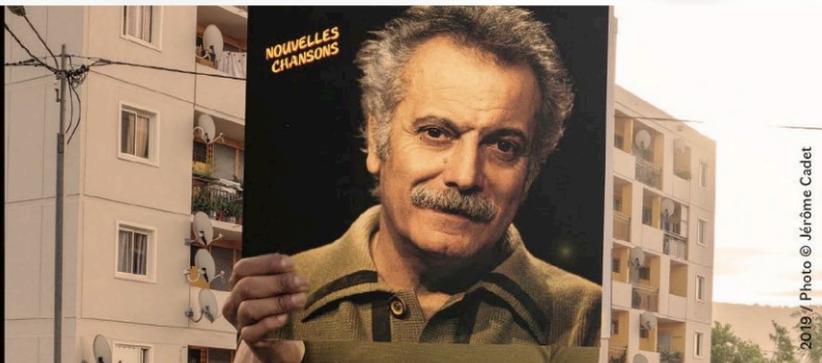


CONCERT

Mon Péi i shant Brassens

Avec Jim Fortuné, Danyèl Waro, Gaël Velleyen,
Tine Poppy, Zanmari Baré, Oté Pirates...

2 mars TÉAT Plein Air
22 mars TÉAT Champ Fleuri



TÉAT

ILE DE LA RÉUNION

www.teat.re
0262 419 325



le **Mag** du dimanche

Fille ou garçon : la méthode qui vous permet de choisir le sexe de votre bébé

Et s'il était possible de choisir le sexe de son bébé ? C'est ce que propose la méthode française MyBuBelly, qui se base sur l'association de deux techniques naturelles pour mettre au monde l'enfant de ses rêves. Bien qu'elle soit controversée, les futurs parents sont de plus en plus nombreux à y avoir recours.

Cette méthode, 100% naturelle, n'est pas nouvelle et se pratique déjà depuis plusieurs générations. Seulement, c'est la première fois qu'elle est encadrée et optimisée par une équipe de coachs et d'experts en France. Il n'est nulle question ici de danser sous la pluie un soir de pleine lune pour avoir une fille ou de dormir sur le côté gauche, la tête orientée vers le nord pour avoir un garçon... Mais de forcer le destin en recourant à une méthode certes peu scientifique, mais reconnue par un certain nombre de médecins, gynécologues, sexologues, ou pédiatres... La méthode MyBuBelly repose ainsi sur deux principes : l'alimentation de la future maman avant la conception et le recours à des rapports sexuels ciblés autour de l'ovulation. Pour l'alimentation, c'est simple : étant donné que la nourriture influence le pH vaginal, on privilégie certains types d'aliments au moins trois mois avant la conception pour favoriser le passage des spermatozoïdes comportant le chromosome Y (garçons) ou d'autres types d'aliments pour favoriser celui des spermatozoïdes avec le chromosome X (filles). Par exemple : de la viande, du poisson et des plats salés

pour mettre au monde un petit bonhomme, ou des produits laitiers, des légumes verts et des fruits rouges pour avoir une petite demoiselle.

90% DE RÉUSSITE

D'après la méthode MyBuBelly, l'alimentation seule ne suffit pas à garantir le sexe désiré. Pour optimiser ses chances, il faut aussi bien choisir le moment de ses rapports sexuels. Les spermatozoïdes X étant moins rapides, mais plus résistants, on préconise des rapports sexuels bien avant la période d'ovulation, si on souhaite une fille, afin qu'ils soient plus nombreux à atteindre l'ovule libérée par la future maman. Les spermatozoïdes Y étant eux, plus rapides, mais moins résistants, on recommande aux parents qui veulent un petit garçon d'avoir des rapports sexuels uniquement au moment de l'ovulation et les jours suivants. La difficulté étant, bien évidemment, de repérer le jour de l'ovulation, différent selon les femmes. D'après Sandra Ifrah, la fondatrice de cette méthode ancienne mais peu connue, l'association de ces deux techniques donnent de très bons résultats et, bien suivies, le taux de réussite avoisinerait les 90% ! Bien sûr,



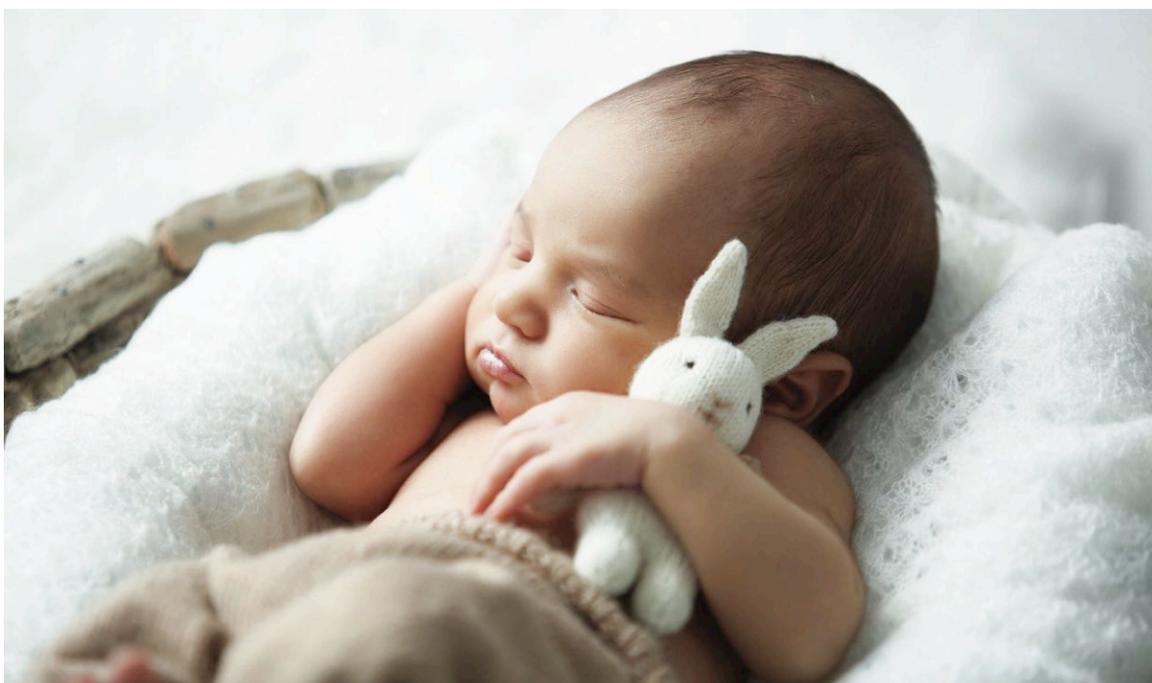
D'après la méthode MyBuBelly, il est possible de choisir le sexe de son bébé en associant deux techniques naturelles.

dans le milieu de la procréation, elle est fortement controversée, notamment parce que la pratique ne repose sur aucune donnée

scientifique. Néanmoins, de plus en plus de couples y ont recours : 150 nouveaux clients s'inscrivent chaque mois sur l'application et le

livre, né du succès du site Internet, s'arrache comme des petits pains. Et alors que plusieurs pharmacies de l'hexagone montrent déjà

leur intérêt pour la méthode MyBuBelly, une version anglaise est actuellement à l'étude pour l'Angleterre et les Etats-Unis.



Quand le désir d'une petite fille ou d'un petit garçon devient une obsession...

Comment suivre la méthode ?

On peut soit acheter le livre «Avoir un garçon / avoir une fille, la liberté de choisir», soit s'abonner sur le site www.mybubelly.com et demander à recevoir une box chaque mois. A l'intérieur des boîtes, on trouve des tests d'ovulation, des tests Ph, des compléments alimentaires... Une box coûte 170 euros par mois pour les 3 premiers mois, 120 euros par mois pour les trois mois suivants et elle est à 100 euros par mois passé le semestre. Le livre n'est pas encore disponible à la Réunion, mais il est possible de le commander auprès des magasins FNAC de l'île (le délai d'attente est d'un mois environ). Il est toutefois disponible sur Amazon au prix de 18 euros.

Pour avoir une fille

A privilégier : les produits laitiers, le chou, les légumes verts, les œufs,

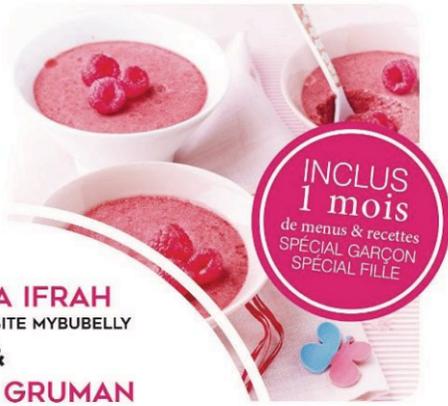
les fruits rouges, les pâtes, le riz, l'eau minérale non salée et les noix. A consommer avec modération : la viande et le poisson, les bananes, les jus de fruit, l'alcool, les sodas, les pommes et le fromage. A exclure : le pain salé, les charcuteries, le fromage de chèvre... tout ce qui est salé en général.

Pour avoir un garçon

A privilégier : les plats salés, la viande, le poisson, les oignons, le thé, les bananes, les jus de fruit, les carottes, l'eau de type Vichy ou St-Yorre et le poireau.

A consommer avec modération : les sodas, le café, l'alcool, le riz blanc, les pâtes, le fromage de chèvre.

A exclure : le riz complet, les choux, les noix, les haricots et les produits laitiers.



SANDRA IFRAH
CRÉATRICE DU SITE MYBUBELLY
&
RAPHAËL GRUMAN
NUTRITIONNISTE

AVOIR UN GARÇON / AVOIR UNE FILLE LA LIBERTÉ DE CHOISIR !

LE COACHING POUR CHOISIR
LE SEXE DE VOTRE BÉBÉ
ET BOOSTER VOTRE FERTILITÉ



Avec les conseils de : Gwen Rassemusse - Agence de création culinaire
D^r Véronique Bied Damon - Gynécologue-endocrinologue, spécialiste de la médecine reproductive
Valérie Grumelin - Psychologue et psychothérapeute • D^r Alain Aknin - Gynécologue • D^r Sylvain Mimoun - Sexologue
Isabelle Luquet - Naturopathe • D^r Joëlle Tubiana - Endocrinologue, spécialiste de la nutrition
D^r Richard Sion - Pédiatre • Emmanuelle Barrail-Golstenne - Radiologue spécialisée en imagerie pédiatrique et foetale

LE D U C . S
P R A T I Q U E

Le livre que s'arrachent les parents qui veulent choisir le sexe de leur enfant.

Pour ou contre la méthode ?

Il n'y a pas que dans le milieu de la procréation, que la méthode MyBuBelly est décriée, faute de «preuves scientifiques». Du côté des parents et futurs parents, on est aussi mitigé. Sans surprise, les couples ayant déjà plusieurs enfants du même sexe acceptent plus facilement l'idée d'y avoir recours que les couples avec un ou deux enfants, voire pas du tout. «Quel mal y a-t-il à tenter le coup, dans la mesure où c'est 100% naturel ?», argumentent les premiers. Il ne s'agit pas de sélectionner des spermatozoïdes ou de manipuler l'ADN pour avoir des yeux clairs ou des cheveux foncés, comme ça se fait aux Etats-Unis, mais de mettre toutes les chances de son côté, pour avoir le sexe que l'on voudrait. Des recettes et méthodes de grand-mère

existent depuis toujours. Il n'y a rien de dangereux à ça».

Pas sûr, clament les seconds, qui pointent du doigt le côté «dérangeant» de la méthode : «Non seulement un régime restrictif peut être dangereux pour la future mère, mais en plus, on peut facilement glisser vers les dérives de l'eugénisme. Aujourd'hui, on parle du sexe de l'enfant, et demain ce sera quoi : la taille, la couleur des cheveux ? Sans compter qu'en mettant autant d'argent dans une méthode comme celle-là, on s'attend à des résultats positifs. S'ils ne le sont pas, ne risque-t-on pas d'être fortement déçu par son enfant ? Plus que si on l'avait conçu en laissant faire tout simplement le hasard ?»



Certains sont ravis de l'existence de cette méthode, d'autres préfèrent qu'on laisse faire le hasard.

Confidences de deux mamans L'une a concrétisé son rêve, l'autre non

Catherine et Mireille sont toutes deux mamans de quatre enfants. L'une désespérait d'avoir un garçon, l'autre une fille. La première a concrétisé son rêve, la seconde a fini par se faire à l'idée de n'être entourée que d'hommes.



Et si l'alimentation avait un réel rôle sur le sexe de l'enfant ?

■ **CATHERINE, 38 ANS** : «J'étais âgée d'une vingtaine d'années quand je suis devenue maman pour la première fois. D'une adorable petite fille. A ce moment-là, le sexe de l'enfant m'importait peu. Mon bébé était le plus beau du monde et rien d'autre ne comptait. Je suis retombée enceinte très vite : un an après, je donnais naissance à une deuxième petite fille. Là encore, j'étais contente et je ne me souciais pas trop du sexe du bébé. En fait, c'était pratique pour moi, car je pouvais réutiliser toutes les affaires de ma première sans faire de grosses dépenses. Quand je me suis séparée du père de mes filles, quelques années plus tard, pour vivre avec mon nouveau compagnon, qui n'était toujours pas papa, c'est tout naturellement que j'ai voulu lui faire un enfant pour sceller notre amour. C'est à ce moment-là que le désir de petit garçon s'est fait sentir. Troisième grossesse : troisième fille. Bien sûr, j'ai aimé cette enfant dès qu'elle a poussé ses premiers cris, mais j'avoue avoir eu un gros pincement au cœur lorsque j'ai appris que je n'attendais pas de garçon. C'est difficile d'en parler, car il y a le jugement des autres : pourquoi se plaindre quand l'enfant est en bonne santé ? On culpabilise aussi de ne pas sauter de joie alors que c'est événement heureux. Avec mon compagnon, on a tenté un quatrième enfant : encore une fille ! Malheureusement, je l'ai perdue à la suite d'une fausse couche à cinq mois de grossesse. Ce jour-là, mon cœur s'est déchiré. J'avais l'impression d'être punie pour mon

désir égoïste. Alors j'ai pris la décision de ne plus avoir d'enfants. J'avais pris rendez-vous à l'hôpital pour me faire ligaturer les trompes... Mais un mois avant l'intervention, sans que je ne sache comment, vu qu'on se protégeait, mon compagnon et moi, je suis à nouveau tombée enceinte. Et cette fois-ci, j'attendais un petit garçon. C'était vraiment inespéré ! Aujourd'hui, je suis maman de quatre merveilleux enfants, qui me comblent».

■ **MIREILLE, 43 ANS** : «Je suis une femme très coquette, qui aime prendre soin d'elle. Mon rêve depuis toujours était d'avoir une petite fille à mon image, que j'aurais habillée et coiffée comme moi. Ce rêve ne s'est jamais réalisé, hélas. Attention ! J'adore mes quatre garçons ! Je sacrifierais ma vie pour eux. Mais il y a quand même un vide au fond de moi que je n'ai jamais pu combler et qui me laisse au quotidien avec une petite pointe de regret. J'étais très heureuse quand j'ai mis mon fils aîné au monde. Mais alors même qu'il venait de naître, je voulais déjà agrandir la famille, persuadée que le second enfant serait une fille. Il n'y a donc qu'un an et demi d'écart entre le premier et le second. Après la naissance du deuxième, j'y croyais encore ! Je me disais que les statistiques me donneraient raison, d'autant que ma sœur aînée avait eu deux garçons avant d'avoir sa fille. Et pour mettre toutes les chances de mon côté, j'avais suivi un régime ali-

mentaire particulier plusieurs mois avant de tomber enceinte. Malgré tout, ça n'a pas marché ! J'étais encore enceinte d'un garçon. C'est difficile à dire, mais quand la gynécologue m'a annoncé le sexe du bébé, j'ai fait une sorte de baby blues avant l'heure. Je m'en voulais de ne pas être sur un petit nuage, alors que ma grossesse se passait bien, et en même temps, j'étais profondément triste de ne pas pouvoir mettre au monde une fille. A un moment, j'en étais même arrivée à en vouloir à mon mari, dans la mesure où c'est l'homme qui détermine le sexe de l'enfant. C'était absurde, je sais, mais c'était plus fort que moi. D'ailleurs, j'étais aussi envieuse de mes copines mamans de petites filles, même si je ne le montrais pas. Après la naissance du troisième, j'ai attendu une bonne dizaine d'années avant de m'y remettre. Essentiellement, parce que ça coûte cher d'élever un enfant, surtout si on veut continuer à voyager chaque année. Mais je me suis dit : allez, c'est la dernière fois ! Ça ne peut que marcher cette fois... La déception était toujours au rendez-vous, quand j'ai appris qu'il s'agissait encore d'un garçon, mais bizarrement, la nouvelle m'a moins traumatisée que la fois d'avant. Peut-être parce que je m'y étais habituée... En tous les cas, passée la déception, j'ai mieux apprécié cette dernière grossesse, que les précédentes».

Dossier : Nathalie Techer