Zeitschrift: Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = la revue spécialisée des sages-femmes

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 121 (2023)

Heft: 12

Artikel: La Heds Genève s'engage pour la santé mentale périnatale

Autor: Aubert-Burri, Dany / Gaucher, Laurent / Gautier, Arabelle

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1049791

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La Heds Genève s'engage pour la santé mentale périnatale

La Haute Ecole de Santé de Genève (Heds Genève) présente dans cet article différents projets et formations à destination des (futurs) parents et sages-femmes autour de la santé psychique. Elle invite également les sages-femmes et professionnel·le·s de la périnatalité à y prendre part et à les diffuser auprès des publics concernés.

TEXTE: DANY AUBERT-BURRI, LAURENT GAUCHER, ARABELLE GAUTIER, CATIA NUNNO, CHANTAL RAZUREL

La santé psychique est une préoccupation de plus en plus d'actualité dans nos sociétés et devient une question de santé publique prioritaire. La période de la périnatalité ne fait pas exception à cette problématique et revêt des formes et des manifestations particulières.

Environ 20 % des mères souffrent de troubles psychiques en période périnatale dans le monde dont 18 % de dépression, ce qui en fait un problème majeur (Wang *et al.*, 2021). Pourtant 30 % des mères disent ne jamais avoir reçu d'information sur cette question selon une étude récente menée en Suisse (Bressoud & Nanzer, 2020) et 25 % des femmes souffrant de détresse psychologique ne sont pas suivies et traitées pour cette pathologie (Bales *et al.*, 2015). Alors, quels sont les freins au dépistage? Comment dépasser/contourner les barrières et favoriser la santé mentale des mères?

La Haute Ecole de Santé de Genève (Heds Genève) propose plusieurs pistes sur cette thématique pour les sages-femmes et les couples.

App MamaSupport: Information et pair-aidance

On sait combien le rôle des sages-femmes est crucial dans le bien-être des mères avant, pendant et après la naissance. C'est pourquoi la Heds Genève, en partenariat avec HaploCare, a créé MamaSupport. Cette application d'information et de pair-aidance est spécialement conçue pour accompagner les femmes dans leur parcours périnatal. Grâce à une licence exclusive, la Heds Genève est en mesure de fournir cette application gratuitement à la Suisse romande.

En proposant MamaSupport aux femmes qu'il·elle·s suivent, les professionnel·le·s de la périnatalité leur offrent une plateforme sécurisée pour partager leurs expériences et recevoir le soutien dont elles ont besoin. L'équipe de recherche de la Heds Genève évaluera l'efficacité de cette application pour continuer à améliorer la prise en charge du bien-être postnatal. Parce que le bien-être postnatal compte aussi, les sages-femmes et professionnel·le·s de la périnatalité sont invité·e·s à dif-

fuser cette initiative pour améliorer la santé mentale périnatale.

Cours de préparation à la naissance en *Mindfulness*

La Heds offre aux couples de futurs parents des cours de préparation à la naissance en Mindfulness. Les objectifs généraux de ces cours sont notamment de diminuer les impacts du stress sur la santé de la mère et de son enfant, de diminuer l'anxiété, de prévenir la dépression dans la période périnatale, tout en favorisant le lien d'attachement parents-bébé.

Les futurs parents apprennent à cultiver certaines attitudes en pleine conscience telles que le lâcher-prise, la confiance, la patience ou l'acceptation afin de mieux vivre ou vivre différemment les événements liés à la grossesse, à l'accouchement et à l'arrivée de l'enfant.

Ces cycles de cours gratuits de préparation à la naissance et à la parentalité pour les futurs parents sont donnés par les étudiant·e·s dans le cadre de leur formation. Le module de formation intitulé «Préparation à la naissance et à la parentalité» du Bachelor Sage-femme de la HEdS-Genève est sous la supervision d'Arabelle Gautier.

Nouveau programme de formation de base Bachelor sage-femme

La révision de la loi sur les professions de la santé en 2020 nous a donné l'opportunité de réviser l'entièreté du programme de formation de base de sage-femme. Forte des expertises développées en filière par les professeur·e·s, les chargé·e·s de cours et les maitres d'enseignements, la HEdS Genève aura des modules de formation entièrement dédiés à la santé mentale, en troisième année. Elle y intègrera également les approches de la santé digitale, dont les applications en santé comme aide pour les soins en santé mentale. Cette formation de base en santé digitale pourra être renforcée par une formation continue sur la même thématique[1].

[1] Renseigenemnts et inscriptions sur www.hesge.ch

Bibliographie

Bressoud, M. & Nanzer, N. (2020) Connaissances et pratiques liées à la dépression périnatale en suisse romande; résultats d'une enquête menée en région fribourgeoise. *Rev med suisse*; 16 : 557-60

Wang, Z., Liu, J., Shuai, H. *et al.* (2021) Mapping global prevalence of depression among postpartum women. *Transl Psychiatry*; 11, 543. https://doi.org/10.1038/s41398-021-01663-6

Bales, M., Pambrun, E., Melchior, M., Glangeaud-Freudenthal, N. M., Charles, M. A., Verdoux, H. *et al.* (2015) Prenatal psychological dis-tress and access to mental health care in the ELFE cohort. *Eur Psychiatry*;30(2):322-8.

Préparation à la naissance en *Mindfulness*

Cycles de cours gratuits de préparation à la naissance et à la parentalité pour les futurs parents (voir ci-dessus pour plus de détails). Le prochain cycle de cours de préparation à la naissance en *Mindfulness* se tiendra entre le 27 février et le 9 avril 2024. Une information à diffuser auprès des couples!

Inscription par courriel à sf.heds@hesge.ch

Module libre «Santé mentale en périnatalité»

Le *Long Life Learning* est une part essentielle du parcours de tout·e professionnel·le de santé. Les sages-femmes peuvent ainsi bénéficier d'une formation adaptée à leurs besoins. La HEdS Genève propose un module libre de 2 crédits ECTS intitulé «Santé mentale en périnatalité» pour permettre aux professionnel·le·s de santé de développer des outils des connaissances et une expertise dans le domaine du dépistage et de la prévention des troubles psychiques chez les mères en période périnatale.

Renseignements et inscription à venir sur www.hesge.ch

AUTEUR·RICE·S

Dany Aubert-Burri,
maitre d'enseignement, sage-femme, formée en psychiatrie clinique, travaille également au Cabinet d'accueil périnatal à Genève, où des professionnel·le·s de la périnatalité reçoivent les parents ou futurs parents et évaluent avec eux les difficultés rencontrées qui peuvent concerner la santé psychique parentale autant que le développement ou le comportement de l'enfant. Elle animera le module libre de Santé mentale en périnatalité (voir encart ci-contre).

Laurent Gaucher,
sage-femme, PhD et Professeur assistant à la Haute Ecole de Santé de Genève, focalise ses recherches sur le bien-être physique, mental et sexuel en période post-partum, associé aux pratiques et expériences de soins.

Arabelle Gautier,
maître d'enseignement, sage-femme, certifiée CAS HES-SO/UNIGE MBI (*Mindfulness Based Interventions*) et formée en MBCP (*Mindfulness Based Childbirth and Parenting*).

Catia Nunno,
responsable Filière Sage-femme à la Haute Ecole de Santé de Genève.

Chantal Razurel,
sage-femme et docteure en psychologie, et professeure à la Haute Ecole de Santé de Genève. Elle travaille sur la santé psychique des mères, des couples et des familles ainsi que sur les pratiques professionnelles afin d'optimiser le sentiment de compétence des parents.