



Comment se prépare-t-on à la naissance et à l'accueil de l'enfant ?

La préparation à la naissance a beaucoup évolué, passant d'une prise en charge de la douleur à un véritable accompagnement tout au long de la grossesse. Le suivi médical est complété par une préparation à la naissance et à la parentalité structurée et personnalisée.

Comment préparer la femme et le couple à la naissance et à la parentalité ?

Anne-Françoise Pauchet-Traversat
Chef de projet,
Direction de
l'évaluation et
des stratégies de
santé, Service des
recommandations
professionnelles,
Haute Autorité de
santé (HAS)

En France, les femmes bénéficient de sept consultations prénatales prises en charge par le système d'assurance maladie. À ces consultations de suivi médical s'ajoute une consultation postnatale dans les huit semaines suivant la naissance. L'accompagnement de la grossesse comprend également huit séances de préparation à la naissance et à la parentalité (PNP) proposées aux femmes enceintes. Ces séances prises en charge par le système d'assurance maladie sont le plus souvent collectives.

La place de la préparation à la naissance dans le déroulement de la grossesse

Depuis 2004, la première séance (durant le premier trimestre de la grossesse) est individuelle ou en couple et a pour objet d'identifier les besoins d'information des futurs parents, de valoriser leur expérience et leur capacité à accueillir et à s'occuper de leur enfant. Cet entretien permet également d'anticiper les conséquences de situations de fragilité chez les femmes et les couples, de manière à proposer un accompagnement et une prise en charge adaptée. Cette séance trouve son bien-fondé dans les travaux de pédopsychiatrie sur les interactions précoces entre la mère et son enfant,

dans lesquels l'intérêt de la prévention prénatale pour favoriser un développement harmonieux de la relation a été démontré.

Les sept séances suivantes ont pour but de préparer la femme et le couple à l'accueil de l'enfant. Elles se fondent sur des objectifs spécifiques de prévention et d'éducation.

Les résultats de l'Enquête périnatale de 2003 ont montré que la préparation à la naissance a été suivie par 66,6 % des primipares et 24,9 % des multipares. La préparation est devenue moins fréquente chez les primipares, alors que dans les années précédentes on avait assisté à une augmentation (69,9 % en 1998). Ces résultats doivent être mis en parallèle avec les services offerts dans les maternités. Il est possible qu'une absence de préparation organisée sur place ait une influence sur la participation des femmes aux séances prénatales. De plus, quand on demandait aux femmes pourquoi elles n'avaient pas eu de préparation, 20 % des primipares disaient qu'aucune préparation ne leur avait été proposée. Et le nombre de séances suivies était inférieur à 6 pour 45,5 % des primipares, laissant supposer un début tardif des séances qui perdraient alors leur intérêt pour la prévention et l'aide apportée,

en particulier en cas de difficultés ou de souffrance psychologique (données non recueillies en 2003). Dans l'enquête 2003, une estimation du bien-être psychologique des femmes a montré que 9,1 % des femmes s'étaient senties « assez mal et mal » pendant leur grossesse. Parmi ces femmes, seulement 12,4 % disent avoir reçu l'aide d'un professionnel, psychiatre ou psychologue.

En France, ce sont principalement les sages-femmes qui assurent les séances de préparation à la naissance et à la parentalité (PNP).

Une enquête nationale sur les pratiques, les trajectoires et les conditions de travail des sages-femmes, réalisée en 2004 par l'Observatoire national de la démographie des professions de santé (ONDPS) et l'Institut de recherche et de documentation en économie de la santé (Irdes), a montré que, dans le secteur libéral, la PNP est un des actes les plus courants : 86 % des sages-femmes ont réalisé l'acte, dont 12,9 % à domicile, alors qu'elle concernait 46 % des sages-femmes en établissement hospitalier privé, 27 % en établissement participant au service public hospitalier et 17 % en clinique privée.

Une réforme de la périnatalité a été engagée en France depuis les années 1995. Les travaux préliminaires à la publication du Plan national périnatalité 2005-2007 ont révélé que les femmes et les associations d'usagers revendiquaient une naissance moins médicalisée, plus humaine. D'autre part, des rapports récents sur des problèmes habituellement cachés, comme la violence faite aux femmes et la négligence à l'enfant, ainsi que les constats de pédopsychiatres sur l'existence des troubles de la relation parents-enfant ont conduit à proposer une prévention par la recherche de facteurs de fragilité, chez les femmes et les couples, très précocement dans le déroulement de la grossesse pour éviter les difficultés ultérieures.

Ce Plan national périnatalité a donc prévu de nombreuses mesures dans ce sens, dont l'élaboration et la diffusion de recommandations professionnelles sur la préparation à la naissance et à la parentalité publiées en 2005 par la Haute Autorité de santé (HAS), qui vont être présentées dans ce texte.

Une évolution de la préparation à l'accouchement vers un accompagnement de la naissance et de la parentalité

Historiquement, la préparation à la naissance était centrée sur la prise en charge de la douleur lors de l'accouchement, essentiellement par l'apprentissage de techniques de respiration. Elle s'oriente actuellement vers un accompagnement global de la femme et du couple, en favorisant dès la première séance de préparation à la naissance leur participation active dans le projet de naissance (encadré p. 60).

Le bon déroulement de la grossesse et le bien-être de l'enfant reposent donc sur un suivi médical complété par une préparation à la naissance et à la parentalité dont l'objectif global est de contribuer à l'amélioration de l'état de santé des femmes enceintes, des accou-

chées et des nouveau-nés par une approche éducative et préventive. Les troubles de la relation parents-enfant pourraient être prévenus par une attention précoce portée à la femme enceinte, la mise en œuvre de dispositifs d'aide et d'accompagnement, une activation des professionnels autour des familles et par une cohérence des actions en continuité de la période anténatale à la période postnatale.

Les travaux de la Haute Autorité de santé ont cherché, dans le droit-fil des orientations de l'OMS [98] et des réflexions issues de la préparation du Plan national périnatalité [75], à proposer aux professionnels de santé une démarche ambitieuse qui vise :

- à préparer le couple à la naissance et à l'accueil de son enfant au moyen de séances éducatives adaptées aux besoins et aux attentes de chaque femme et chaque futur père ;
- à repérer précocement les difficultés du couple ;
- à accompagner chaque couple, et en particulier s'il existe une situation de vulnérabilité, par des dispositifs qui préviennent les troubles de la relation parents-enfant ;
- à soutenir la parentalité par des informations et des repères sur la construction des liens familiaux et sur les moyens matériels, éducatifs et affectifs qui permettent à l'enfant de grandir ;
- à favoriser une meilleure coordination des professionnels autour et avec la femme enceinte et le couple, de l'anténatal au postnatal.

Que sait-on de l'intérêt de la préparation à la naissance et à la parentalité ?

La littérature internationale montre que les femmes sont généralement bien préparées au déroulement du travail et de l'accouchement, même si l'efficacité de la PNP reste inconnue, tant pour ses effets sur le déroulement de la grossesse et de l'accouchement que sur la fonction parentale après la naissance [52].

● *Le soutien à la fonction parentale* a été peu étudié en population générale durant la période postnatale précoce. Des études contrôlées randomisées suggèrent (effets non significatifs) un bénéfice en termes d'adaptation affective et physique aux besoins du nourrisson, de construction du lien parents-enfant et plus largement de développement personnel des parents (capacité à résoudre des problèmes, à trouver les solutions les plus adaptées à leur situation, à requérir une aide ponctuelle, un soutien, de l'information, à rechercher des lieux de rencontre avec d'autres parents, à participer à des ateliers, etc.) [32].

● *Chez les parents adolescents*, les séances collectives et individuelles, pré et postnatales (entretien, discussion à partir de vidéo), améliorent les interactions mère-enfant, en particulier la communication au moment de l'alimentation du nourrisson, le développement du langage, le comportement et les connaissances des parents, la confiance de la mère en elle-même, la construction de l'identité maternelle [29].

Le projet de naissance

est la conjonction entre les aspirations de la femme et du couple et l'offre de soins locale. Il inclut l'organisation des soins avec le suivi médical et la préparation à la naissance et à la parentalité, les modalités d'accouchement, les possibilités de suivi pendant la période postnatale, y compris les conditions d'un retour précoce à domicile, le recours en cas de difficultés [50].

Le terme de « parentalité »

est un néologisme dérivé de l'adjectif parental qui désigne respectivement la condition de parent et les pratiques parentales (Martin, 2003). La *parentalité ne doit pas être confondue avec la parenté*, qui inscrit un enfant dans une lignée généalogique. Les fonctions de parentalité à l'égard de l'enfant à élever consistent à lui donner les moyens matériels, éducatifs et affectifs de grandir et de devenir un adulte. Selon des travaux anthropologiques menés en Afrique par Elisabeth Goody [46], les cinq composantes de la parentalité sont : « *concevoir et mettre au monde, nourrir, éduquer, donner une identité à la naissance et garantir l'accès de l'enfant au statut d'adulte* ».

Les références entre crochets renvoient à la bibliographie p. 96.



Objectifs généraux de la préparation à la naissance et à la parentalité [52]

- Créer des liens sécurisants avec un réseau de professionnels prêts et coordonnés autour de la femme enceinte.
- Accompagner la femme ou le couple dans ses choix et ses décisions concernant sa santé, la grossesse, les modalités d'accouchement, la durée du séjour en maternité.
- Donner les connaissances essentielles à l'alimentation du nouveau-né et encourager l'allaitement maternel.
- Encourager, à chaque étape de la grossesse, l'adoption par la mère et le père de styles de vie sains, pour leur santé et celle de l'enfant.
- Renforcer la confiance en soi chez la femme ou le couple face à la grossesse, la naissance et les soins au nouveau-né.
- S'assurer d'un soutien affectif pour la femme pendant la grossesse, à la naissance et au retour à domicile.
- Soutenir la construction harmonieuse des liens familiaux en préparant le couple à l'accueil de l'enfant dans la famille et à l'association de la vie de couple à la fonction de parent.
- Participer à la promotion de la santé du nouveau-né et du nourrisson en termes d'alimentation, de sécurité et de développement psychomoteur.
- Participer à la prévention des troubles de la relation mère-enfant et à la prévention de la dépression du *post-partum*.
- Encourager les échanges et le partage d'expérience à partir des préoccupations des parents avant et après la naissance.

● Des *interventions postnatales précoces et structurées* (visites à domicile systématiques, et adaptées en fréquence et en réponse aux besoins, prise en charge des symptômes selon des recommandations professionnelles disponibles) améliorent le bien-être physique et émotionnel des femmes, avec une diminution de l'anxiété, de la dépression et une amélioration de l'estime de soi, constatée à 4 et 12 mois après la naissance [30].

Le nombre de femmes qui développent une *dépression postnatale* n'est pas significativement réduit par diverses interventions psychosociales ou psychologiques en période prénatale. En revanche, des interventions intensives (suivi postnatal précoce à domicile, continuité des soins et partage interprofessionnel des informations, etc.), proposées exclusivement en postnatal et prodiguées par des infirmières et des sages-femmes, ont un effet préventif démontré sur la dépression postnatale. Ces interventions sont encore plus efficaces chez les femmes vulnérables. Des interventions individuelles sont plus efficaces que les interventions de groupe [5].

● *La durée et l'exclusivité de l'allaitement maternel* s'améliorent avec des interventions associées entre elles (groupe de discussion, séances prénatales, brochures, vidéo, manuel d'auto-apprentissage, contact individuel avec un professionnel formé à la conduite de l'allaitement) [38].

Au total, on dispose soit d'études de petits effectifs, décrivant imparfaitement les stratégies éducatives, soit d'avis d'experts. Des travaux de recherche devraient être menés pour définir les stratégies et les techniques

éducatives les plus aptes à répondre aux besoins des femmes et des couples en période pré- et postnatale, et mesurer l'impact d'un programme de PNP sur la santé de l'enfant, l'équilibre parental par exemple.

Quelle est l'approche mise en avant dans la préparation à la naissance et à la parentalité ?

Une approche personnalisée de la femme enceinte ou du couple prévaut dans la démarche de préparation à la naissance qui est à la conjonction de plusieurs objectifs : le maintien d'une bonne santé et la prévention (conseils alimentaires, conditions d'un environnement sain, consommation d'alcool, de tabac et ses dangers), le développement de compétences spécifiques à la maternité et à l'accueil de l'enfant au sens large se fondant sur les ressources personnelles de chaque femme, une orientation au sein du système de santé, un soutien psychologique et social.

La PNP intervient comme une possibilité de soutenir une réflexion sur le projet de naissance et de favoriser des apprentissages spécifiques à des moments opportuns du développement de la grossesse, la période précédant la naissance, les jours suivant la naissance à la maternité ou à domicile, la première année de vie de l'enfant. Il en découle alors la nécessité de proposer des interventions qui accompagnent la naissance et soutiennent précocement la fonction parentale. Cette démarche ne se réduit ni à une transmission passive d'informations, ni à des recettes pour devenir de bons parents. Elle contribue par une démarche structurée à renforcer l'estime de soi, le sens critique, la capacité de prise de décision et la capacité d'action de la femme ou du couple pour réussir une expérience de santé par l'accueil de l'enfant et la transition vers la fonction de parent. De ce fait, le rôle des professionnels et les relations des professionnels de santé entre eux se trouvent modifiés. La personnalisation de l'accompagnement, la mise en place de dispositifs précoces et leur poursuite, en particulier pour les femmes les plus vulnérables, impliquent une continuité de la démarche de soins et une meilleure coordination par un travail en réseau, quels que soient la discipline et le mode d'exercice des professionnels. Il s'agit d'une approche humaniste qui, à côté du développement de compétences cognitives, d'habiletés et de communication à autrui, prend en compte les désirs, les émotions et les perceptions de la personne.

Fondées sur une analyse de la littérature internationale, la participation de professionnels et d'experts rassemblés dans des groupes de travail et de lecture, les recommandations professionnelles « Préparation à la naissance et à la parentalité » concernent l'ensemble des professionnels de santé impliqués dans la périnatalité : sages-femmes, médecins, infirmières, psychologues, assistantes sociales, etc.

La préparation à la naissance et à la parentalité est une démarche structurée, organisée et planifiée de prévention, d'éducation et d'orientation de la femme

enceinte et du couple. Elle ne se substitue pas aux consultations de suivi médical. Elle est organisée en plusieurs temps et, pour chacun d'entre eux, des outils sont à la disposition des professionnels : un guide d'entretien, une liste des principaux facteurs de vulnérabilité, des objectifs spécifiques et un contenu pour les séances prénatales, des points de repère pour une évaluation individuelle de la préparation à la naissance et une prise de décision quant à la nature de l'accompagnement spécifique à proposer.

1. Durant le 1^{er} trimestre de la grossesse : un entretien initial, individuel ou en couple, réalisé par une sage-femme ou un médecin. Il permet de repérer les situations de vulnérabilité et d'orienter si besoin vers des dispositifs d'aide et d'accompagnement. Il permet également de présenter, préparer et planifier les séances de préparation à la naissance et à la parentalité, en veillant à la coordination des actions et au partage des informations entre les acteurs de la prise en charge.

2. Durant la grossesse : des séances prénatales, individuelles ou en groupe, adaptées à chaque stade de la grossesse et aux besoins de chaque femme. Ces séances proposent des activités d'information et d'apprentissage permettant à la future mère et au couple de développer des compétences parentales.

Des objectifs spécifiques et un contenu sont proposés pour les séances.

3. Après la naissance, à la maternité ou à domicile en cas de sortie précoce : des séances individuelles ou en groupe permettent de mettre en pratique les compétences parentales développées lors des séances prénatales. Une évaluation individuelle est nécessaire avant la sortie pour identifier les besoins de séances complémentaires à domicile.

4. Après le retour à domicile : en cas de besoin, des séances complémentaires peuvent permettre d'accompagner les parents (réalisation des soins du nouveau-né, construction des liens affectifs, suivi du développement psychomoteur) et de déceler chez la mère des signes de dépression du *post-partum*.

Conclusion

Les recommandations de la HAS proposent un cadre pragmatique précis pour identifier et réaliser les séances de préparation à la naissance et à la parentalité et les articuler avec la prise en charge médicale et les souhaits des femmes et des couples. Ainsi, chaque professionnel ou équipe pourra présenter la préparation à la naissance et à la parentalité sous la forme d'un programme comportant les objectifs, le contenu, les

Points de repère pour une évaluation individuelle de la préparation à la naissance

Guide pour l'entretien du 1^{er} trimestre de la grossesse

Préciser :

- Qui est la femme enceinte, le couple
- Ce que la femme vit et a vécu
- Ce qu'elle ressent
- Ce qu'elle fait
- Ce qu'elle sait
- Ce qu'elle croit
- Se sent-elle menacée et par quoi
- Ce dont elle a envie
- Ce qu'elle veut connaître et apprendre
- Ce qu'elle souhaite, accepte et veut faire

Liste de facteurs de vulnérabilité


- Problèmes de type relationnel
- Antécédents obstétricaux mal vécus
- Violence domestique
- Stress, anxiété, troubles du sommeil
- Épisode dépressif
- Addictions
- Précarité, risque social (maladie, chômage, changement de la composition familiale : enfants, parent isolé ou rupture conjugale)
- Naissance à haut risque psycho-affectif (maladie, malformation ou handicap)

Objectifs spécifiques et contenu pour les séances prénatales individualisées, sans obligation de tout aborder

- **La compréhension et l'utilisation des informations** : élaboration du projet de naissance, repères sur la construction des liens familiaux et les moyens matériels, éducatifs et affectifs qui permettent à l'enfant de grandir.
- **L'apprentissage des techniques de travail corporel** : exercices pour mieux connaître son corps, accompagner les changements physiques liés à la grossesse et être en forme, techniques de détente et de respiration, apprentissage de postures pour faciliter la naissance, positions de protection du dos.
- **Le développement de compétences parentales** comme : nourrir l'enfant, réaliser les gestes d'hygiène de base, protéger l'enfant, veiller à son bon développement psychomoteur, s'adapter à un contexte différent de celui de l'apprentissage, en particulier le transfert du savoir-faire au domicile.
- **Le développement de ressources personnelles utiles dans la vie quotidienne** comme : faire face aux exigences d'un jeune enfant, prendre des décisions et résoudre des problèmes, avoir une réflexion critique, être en capacité de maîtriser son stress, savoir où et quand consulter, qui appeler, rechercher de l'information utile, connaître les associations d'usagers.



techniques de travail corporel, les techniques pédagogiques, la fréquence, la durée et le déroulement des séances, les modalités d'évaluation. Cela afin de faciliter la présentation des possibilités locales de PNP au sein du réseau périnatal ou des ressources de proximité (maternité des établissements de santé, secteur libéral, PMI); de permettre à la femme ou au couple de choisir le programme qui satisfera le mieux leurs besoins (première grossesse, multiparité, grossesse précoce) et leurs aspirations; de planifier individuellement les séances en fonction des besoins de prévention et d'éducation de chaque femme ou couple; d'adapter dans la mesure du possible leur contenu à chaque femme

enceinte ou couple. Ce cadre est par ailleurs souple, pour permettre dans l'idéal une adaptation à chaque femme et à chaque moment de la prise en charge et à chaque contexte de soins. La PNP doit s'adapter aux besoins spécifiques des femmes dont c'est ou non la première grossesse, en particulier à ceux des adolescentes, des femmes venant de pays étrangers et vivant en France, des femmes ayant un handicap moteur ou sensoriel, et des femmes en situation de précarité ou en difficulté. Les adaptations portent en particulier sur les conditions d'accueil et d'accessibilité, le choix des techniques éducatives et des dispositifs d'aide et d'accompagnement, le suivi. 

La prévention en périnatalité : apprendre à penser ensemble

Françoise Molénat
Pédopsychiatre CHU
Montpellier

Si l'organisation de la santé périnatale « en réseau », fruit d'une décision politique, contribue à une meilleure cohérence des interventions médicales, l'offre aux familles d'une enveloppe humaine ajustée à leurs besoins spécifiques déborde largement les dispositifs de soins. Il s'agit d'un *changement radical de culture*, fondé sur la prise en compte de la subjectivité des femmes enceintes et de leurs conjoints. Elle exige que chaque professionnel ait en tête les besoins et la place des autres acteurs de la périnatalité, acteurs choisis d'abord par la famille ou proposés. Cela rend caduque l'expression « entrer dans le réseau ».

Résumons les étapes franchies ces dernières décennies.

Dès la fin des années soixante-dix, la diffusion des travaux sur l'attachement humain et sur la maltraitance d'une part, une meilleure maîtrise de la mortalité périnatale d'autre part, a suscité l'intérêt des services de pédiatrie et d'obstétrique pour la dimension psychologique des naissances « à risque ». Par ailleurs, l'anamnèse des troubles graves des enfants vus en pédopsychiatrie, l'impuissance devant ces troubles et les dégâts familiaux qu'ils entraînaient, ont amené des pédopsychiatres à se rapprocher des services de médecine périnatale. Les décennies précédentes avaient été marquées par le cloisonnement des disciplines, l'avancée remarquable des technologies et la mise à l'écart de la dimension affective inhérente à toute naissance. Chaque discipline ou service évaluaient les situations de naissance à travers leurs propres codes et savoirs, offrant un morcellement des représentations et des actions aux familles les plus vulnérables donc soumises aux interventions les plus nombreuses (médicales, sociales, psychiatriques). Les dégâts sur les processus d'attachement parents-enfant étaient lourds.

La tendance forte fut longtemps le rapprochement des équipes de Protection maternelle et infantile (PMI) (voir encadré « Service départemental de PMI » page 65) et de pédopsychiatrie, de culture voisine quant aux populations visées, facilitant l'accès aux très jeunes enfants. Le monde somatique apparaissait inaccessible et souvent en position de bouc émissaire face aux dégâts dans les liens familiaux. Ce fut parfois un piège, car la prévention se pensait alors en termes « psychosociaux » et non médicaux, maintenant le clivage entre somatique et psychique. On entendait en France : « *la maltraitance, c'est l'affaire de la PMI* », malgré les publications anglo-saxonnes dès 1980 : « *la prévention de la maltraitance est l'affaire des maternités* ».

Cependant les pédiatres néonatalogistes avançaient dans la prise en compte des fragilités parentales et l'humanisation de l'environnement auprès du nouveau-né hospitalisé. La communication s'installait entre pédiatres et gynécologues-obstétriciens, en particulier autour du diagnostic anténatal. Le redressement s'avérait nécessaire en vue de diminuer la iatrogénie des pratiques cloisonnées. Les témoignages de parents ont beaucoup aidé : deuil, annonce d'une anomalie fœtale ou d'un possible handicap décelé après la naissance, hospitalisation du nouveau-né. Ces thématiques sont devenues le creuset de l'interdisciplinarité. Les effets étonnants d'une approche médicale coordonnée sur le psychisme parental, sur le devenir des couples et le bien-être des fratries ont alimenté une réflexion d'autant plus féconde¹ que les indicateurs de mortalité avaient connu par ailleurs une remarquable amélioration.

1. Les travaux (films et publications) amorcés dans cette période de prise de conscience et jusqu'à ce jour peuvent être consultés sur le site de l'Association de formation et de recherche sur l'enfant et son environnement : www.afree.asso.fr.

Les références
entre crochets renvoient
à la bibliographie p. 96.