

Santé mentale et post-partum: accompagner dans la continuité

CONTEXTE

Quelques chiffres

- 17 % des mères sont touchées par la dépression post-partum en Suisse
- 10 % de dépression post-partum apparaissent chez les pères ou co-parents en Suisse
- 16 % des femmes vivent des troubles anxieux durant le post-partum
- 2/3 des dépressions post-partum ne sont pas dépistées, et surviennent souvent après la fin des suivis
- 3 mois Un pic de prévalence a lieu autour des 3 mois du nourrisson. La dépression post-partum peut apparaître jusqu'à 18 mois de l'enfant
- 21 % des femmes présentent un stress post-traumatique un mois après l'accouchement

LE PROJET

Conception

- Une revue de littérature
- Un recueil de données du terrain
- Une gouvernance claire du projet avec comité de pilotage et groupe d'accompagnement
- La formation des sages-femmes conseillères sur les thématiques post-partum
- Un kit d'outils en développement
- Une adaptation constante aux retours de terrain

PRESTATION

Répondre aux besoins

Un accompagnement et une écoute par des entretiens avec la sage-femme conseillère en post-partum, jusqu'à 6 mois du bébé, sur l'entier du canton de Vaud. Ces entretiens gratuits se centrent sur les besoins et le vécu psycho-social des femmes et du co-parent, valorisent les ressources personnelles, identifient les facteurs de fragilités, informent sur les ressources à disposition, orientent vers les prestations spécialisées et coordonnent les acteurs du réseau autour des situations complexes, identifiées comme à risque.

PERSPECTIVES & VISION POUR LE FUTUR

Objectifs 2026-2027

Sur la base des évaluations menées, plusieurs axes de développement ont été identifiés :

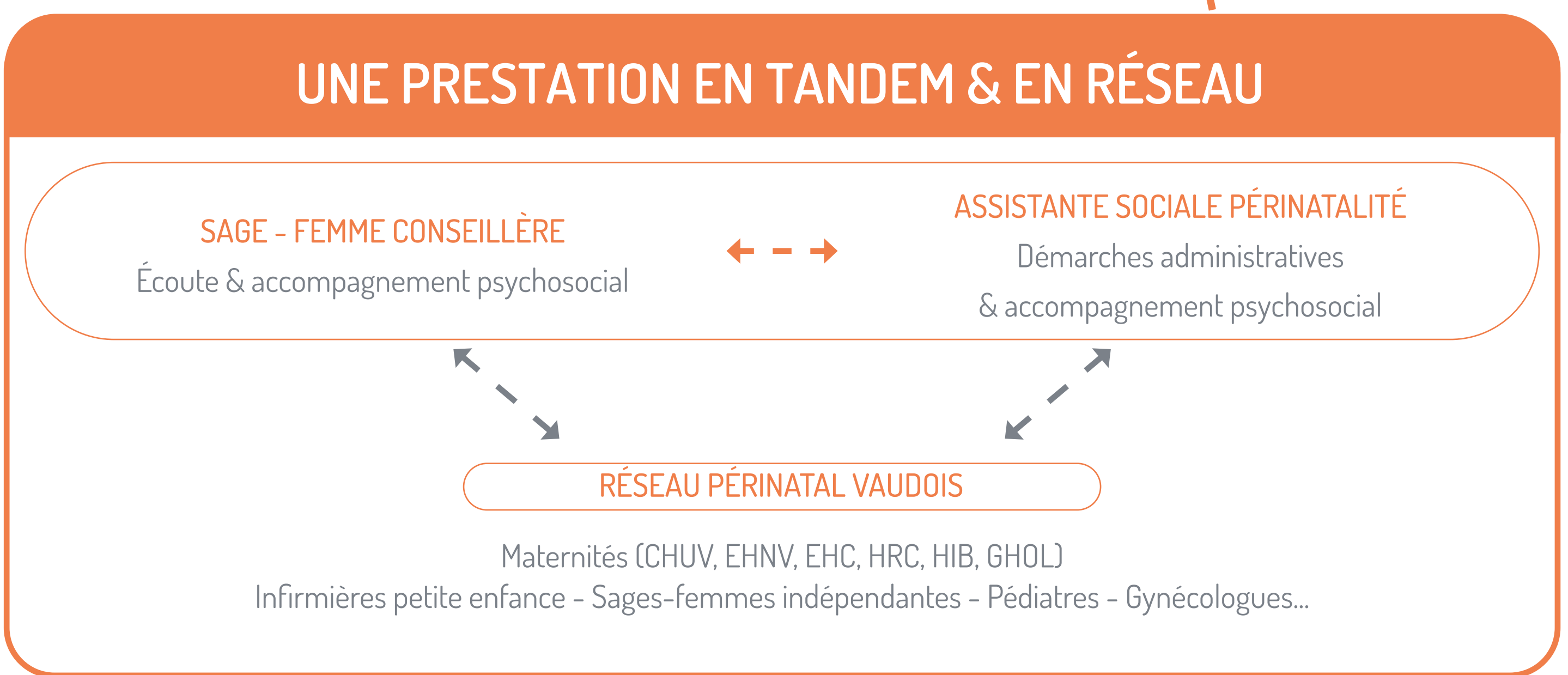
- Rendre la prestation lisible et accessible pour toutes les familles, en particulier les familles allophones
- Atteindre les pères et co-parents
- Atteindre les familles en situation de précarité
- Optimiser le contexte d'accueil (accès, locaux, suivi à distance)

À plus long terme, l'objectif est de pérenniser la prestation grâce à un financement stable.



Objectifs spécifiques

Assurer le dépistage, l'accompagnement et l'orientation des femmes et couples concernant la santé mentale (dépression post-partum, vécu traumatique de l'accouchement, anxiété...), l'adaptation à la parentalité, le vécu d'accouchement (violences obstétricales), le couple (conflits, violence domestique).



EVALUATION

Trois outils

ENQUÊTE DE SATISFACTION

À l'issue de chaque entretien post-partum, les bénéficiaires sont invité-e-s à compléter un bref questionnaire en ligne. 97% des répondant-e-s recommanderaient à leur entourage de consulter la sage-femme conseillère après l'accouchement.

PAROLES DE BÉNÉFICIAIRES

« Je me suis sentie entourée de solutions. »

« L'accompagnement pratique, administratif et informatif dans le démarrage de la vie de parent a été très complémentaire à celui de la sage-femme à domicile et l'infirmière de la petite enfance, davantage axé sur l'aspect médical et sanitaire. La mise en relation avec d'autres professionnels de santé spécialisés dans la périnatalité est un vrai plus. »

« La sage-femme était d'une grande sensibilité et bienveillance, elle mettait en confiance et a à cœur d'aider les jeunes mamans à trouver des solutions à leurs problèmes au cas par cas. »

ENQUÊTE QUALITATIVE

Une enquête qualitative auprès des bénéficiaires, lancée en 2025, se poursuit en 2026. Six entretiens semi-directifs de 30 à 40 minutes ont été réalisés. Les premiers résultats montrent que la mesure répond à un besoin réel des familles et constitue une opportunité supplémentaire d'identifier les situations à risque.

PAROLES DES PARTICIPANTES

« J'étais trop perdue, et avec elle [sage-femme conseillère], je ne me sentais pas seule. »

« Vraiment, elle a pu mettre des mots sur ce que je ressentais, expliquer certains gestes, expliquer la temporalité, expliquer... atténuer peut-être aussi des sentiments en disant... voilà en m'expliquant bien tout le chemin, tout le processus... Enfin, ça m'a vraiment aidée à poser les mots. »

« Je me suis sentie écoutée. Je pense que c'était la première des choses dont j'avais besoin. »

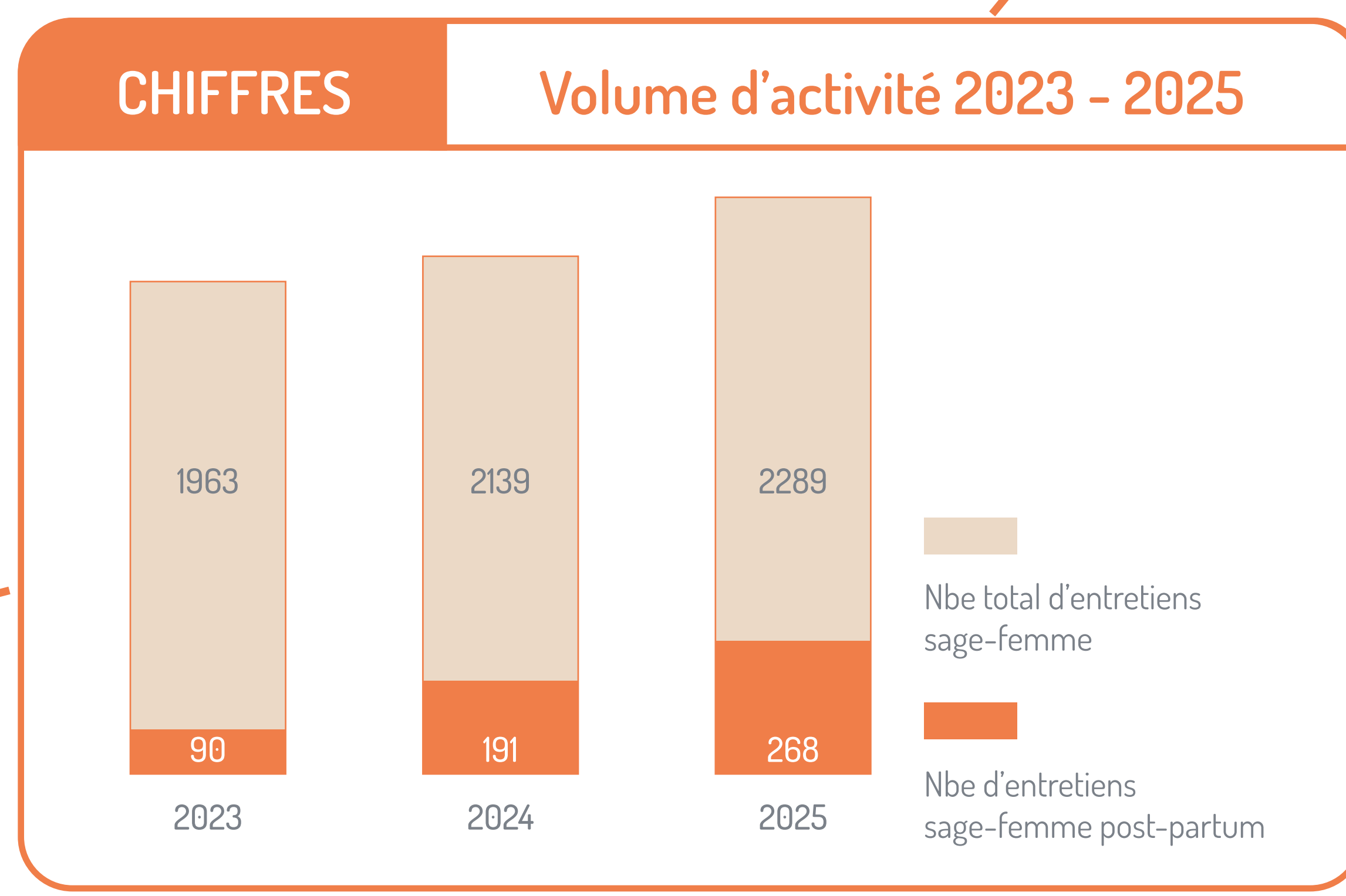
ENQUÊTE INTERNE

Entre septembre et octobre 2025, une enquête interne a été menée auprès de trois sages-femmes conseillères et de quatre assistantes sociales. Au total, sept entretiens semi-directifs d'environ 20 minutes ont été réalisés.

RÉSULTATS

Les collaboratrices s'accordent sur la grande utilité des entretiens post-partum avec les sages-femmes conseillères, soulignant leur rôle clé dans la continuité du suivi périnatal (grossesse - accouchement - post-partum). Le travail en tandem est perçu comme précieux et la collaboration comme fluide.

Ces dernières décrivent un large éventail de situations rencontrées en post-partum, toutes illustrant la pertinence et l'utilité de ces entretiens. Les sages-femmes conseillères expriment par ailleurs le sentiment d'appartenir à un réseau solide et complémentaire, se voyant comme un maillon dans la chaîne de soutien périnatal.



CONTACT : stephanie.pfister@profa.ch - Sage-femme conseillère responsable // L'entretien post-partum est une prestation financée par l'Etat de Vaud.

SOURCES : Benzacour L., Delannoy M.-A., & Davan, J. (2019). Stress post-traumatique post-obstétrical. *EMC - Psychiatrie*, 16(3), 1-12. // Bressoud, N., & Nanzer, N. (2020). La dépression post-partum : un trouble encore méconnu. *Revue médicale suisse*, 16(707), 555-559. // Dennis CL, Falah-Hassani K, Shiri R. Prevalence of antenatal and postnatal anxiety: systematic review and meta-analysis. *Br J Psychiatry* 2017; 210: 315-23. Faisal-Cury, A., Me-nezes, P. R., Araya R., & Zugai, M. (2007). Common mental disorders during pregnancy. *Revista de Saúde Pública*, 41(6), 965-971. // Gressier, F., & Sutter-Dallay, A.-L. (2017). Dépression du post-partum. *EMC - Psychiatrie*, 14 (4), 1-9. // Perrenoud, B. (2020). *Repérage des situations de détresse psychosociale en période périnatale* (Rapport de recherche). Haute école de santé // Vogel J, Jung J, Lavin T et al. Neglected medium-term and long-term consequences of labour and childbirth: a systematic analysis of the burden, recommended practices, and a way forward. *The Lancet Global Health*, 2023; 12, e317-e330 // Abstract soumis par Mélissa Antenen en février 2026.

