

Santé mentale en périnatalité : repérage, posture clinique et prise en charge globale en kinésithérapie pelvi-périnéale

1 jour, soit 7 heures en classe virtuelle
avec Pauline MARTIN

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

OBJECTIFS :

La santé mentale périnatale est aujourd'hui un enjeu majeur de santé publique, au cœur de l'accompagnement global des femmes enceintes et en post-partum. Les kinésithérapeutes spécialisés en pelvi-périnéologie occupent une place privilégiée dans le repérage des fragilités psychiques grâce à la proximité, la régularité et la dimension corporelle de leur prise en charge.

Cette formation propose de mieux comprendre les remaniements émotionnels de la périnatalité, d'identifier les principaux troubles psychiques rencontrés et d'adapter sa posture thérapeutique face aux situations de vulnérabilité. A travers des apports théoriques, des cas cliniques et des échanges de pratique, les participants apprendront à intégrer les dimensions psychocorporelles dans leurs soins, à sécuriser la relation thérapeutique et à travailler en réseau avec les autres professionnels de santé périnatale.

L'objectif est de permettre une prise en charge plus humaine, plus ajustée et plus globale des patientes en période périnatale.

Objectifs :

- Comprendre les enjeux de santé mentale en période périnatale
- Identifier les principaux troubles psychiques en pré et post-partum
- Repérer les signes d'alerte lors d'un suivi en pelvi-périnéologie
- Adapter sa posture thérapeutique et sa communication
- Intégrer les dimensions psychocorporelles dans sa prise en charge
- Savoir orienter vers les professionnels ressources
- Prévenir les situations de rupture de soin ou de retraumatisation

PROGRAMME :

08h45 *Accueil des participants*

09h Introduction et contextualisation

- Présentation des participants & évaluation des pratiques de chacun.
- Santé mentale maternelle : état des lieux
- Place du kinésithérapeute
- Spécificités de la relation thérapeutique en périnatalité

09h30 Physiologie psychique de la périnatalité

- Remaniements psychiques de la grossesse et du post partum
- Matrescence
- Charge mentale, identité maternelle, injonctions sociales
- Impact du sommeil, de la douleur et de la fatigue

10h30 **Troubles psychiques en périnatalité : repérage clinique**

- Dépression périnatale :
 - * anténatale et post partum
 - * signes visibles en consultation
 - * facteurs de risques
- Anxiété périnatale :
 - * hypervigilance
 - * peur de l'accouchement
 - * troubles obsessionnels
 - * attaque de panique
- Traumatise et psycho traumatisme :
 - * accouchement traumatique
 - * violences gynécologiques
 - * antécédents d'agressions sexuelles
 - * PTSD post partum
- Situations spécifiques :
 - * deuil périnatal
 - * PMA
 - * grossesse pathologique
 - * prématurité
 - * difficultés d'attachement
 - * troubles alimentaires

12h30 *Déjeuner*

13h30 **Corps, périnée et santé mentale**

- douleurs chroniques et santé psychiques
- dyspareunies et vécu émotionnelle
- hypertonie de protection
- dissociation corporelle
- image corporelle après grossesse
- sexualité du post partum
- cicatrices et vécu traumatique

Approche psycho corporelle

- sécurité relationnelle
- consentement dans le soin
- toucher thérapeutique et « trauma-informed care »
- régulation du système nerveux autonome
- respiration et ancrage corporel

15h **Communication thérapeutique et posture du soignant**

- écoute active
- validation émotionnelle
- questions ouvertes
- accueil des pleurs, de la colère et de la honte
- limites du rôle du kinésithérapeutes
- préserver la juste distance thérapeutique
- prévention de l'épuisement compassionnel

16h **Travail en réseau et orientation**

- quand orienter ? À qui s'adresser ?
- Professionnels ressources : sage-femmes, psychologues, psychiatres périnataux, médecins généralistes, PMI, unités mère-bébé

PROGRAMME

16h45 Échanges autour de cas cliniques

17h30 Fin de la formation

MÉTHODOLOGIES :

Méthodes pédagogiques mises en œuvre :

Le format retenu pour cette formation est le format **en classe virtuelle** nécessitant le déploiement d'outils synchrones (en temps réel) qui correspondent à des temps de contacts directs entre les intervenants et les participants mais également entre les participants eux-mêmes, de partage d'écran, de PPT, documents et vidéos, de tableaux blancs interactifs, etc...

Le formateur s'appuiera sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.

Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Outil numérique synchrone (Zoom ou équivalent) pour une classe virtuelle en temps réel avec possibilité d'interaction, zone de chat, visio, partage d'écran, etc...
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT partagé et divers documents annexes

Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Évaluation théorique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

FORMATRICE :

Pauline MARTIN

- Masseur Kinésithérapeute D.E
- Pratique libérale exclusive en pelvi-périnéologie (homme, femme et enfant) et en pédiatrie
- DIU de kinésithérapie respiratoire pédiatrique et réanimation néonatale
- Vice-Présidente de l'AFRePP et membre du groupe de travail Périnatalité