

# Avis scientifique sur les effets des rencontres prénatales de groupe

## MESSAGES CLÉS ET SOMMAIRE

Décembre 2015

Julie Poissant et Mai Thanh Tu

L'Institut national de santé publique du Québec a reçu, du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), le mandat de produire un avis scientifique sur les effets des rencontres prénatales de groupe afin de soutenir les intervenants et gestionnaires des établissements de santé et de services sociaux du Québec dans la mise en œuvre de ces services. Ce fascicule constitue un résumé de cet avis.

### Contexte

Au Québec, la Politique nationale de périnatalité 2008-2018 encadre l'offre de services aux femmes enceintes et à leur partenaire. Elle énonce plusieurs objectifs à atteindre dont aider les femmes enceintes à vivre une maternité en santé, soutenir les mères et les pères dans leur expérience périnatale, ainsi que leur adaptation à leur nouveau rôle de parents. Actuellement au Québec, une offre de rencontres prénatales s'ajoute au suivi de grossesse, mais elle n'est pas uniforme d'une région à l'autre. Ces rencontres visent à informer les femmes enceintes et leurs conjoints, ainsi qu'à les préparer à l'accouchement et à leur nouveau rôle de parent.

Selon la stratégie de mise en œuvre de la politique de périnatalité, les rencontres prénatales constituent un moyen privilégié de soutenir les couples dans leurs expériences périnatales et postnatales. Selon deux consultations québécoises récentes sur les besoins des futurs parents, ils souhaitent de l'information de qualité sur la santé périnatale afin de se préparer à l'accouchement, à la venue du bébé et à l'allaitement.

### Constats

La sélection de 36 études a permis d'analyser 56 indicateurs se rapportant à l'état de santé (ex. : la santé mentale, l'adaptation à la parentalité ou le faible poids à la naissance) et aux déterminants de la santé (ex. : les connaissances, le sentiment de compétences ou le type d'accouchement). Voici les constats qui se dégagent :

- La participation aux rencontres prénatales de groupe peut être associée à une meilleure connaissance de la santé pré et per natale, à un meilleur sentiment de confiance quant au travail, à l'accouchement et à l'arrivée du bébé et à une perception accrue de soutien entre les conjoints en période prénatale.
- Les rencontres prénatales de groupe peuvent favoriser l'adoption de certains comportements favorables à la santé, dont une plus grande assiduité au suivi de grossesse et le fait d'allaiter l'enfant à trois mois; deux déterminants importants de l'état de santé maternelle et infantile.

- L'effet bénéfique sur les comportements semble dépendre du niveau d'emprise des futurs parents. Lorsque le contrôle de la femme enceinte et de son partenaire est réduit, comme pour la durée des phases du travail ou le type d'accouchement, aucun effet de la participation aux rencontres n'est constaté. Les rencontres prénatales auront peu d'influence sur les comportements ou les choix des futurs parents lorsque la situation implique l'avis ou la décision d'autres acteurs (ex. : professionnels de la santé), des contraintes du milieu de soins ou des événements imprévisibles.
- À elles seules, les rencontres prénatales de groupe ne semblent pas influencer l'état de santé. Aucun effet n'est observé sur les traumatismes périnéaux, l'adaptation à la parentalité, la prématurité, le poids moyen à la naissance, le faible poids à la naissance ou sur le score d'Appar.

## Conditions émergentes

Les rencontres prénatales de groupe peuvent, si elles remplissent certaines conditions, entraîner des effets plus bénéfiques. Cinq conditions émergent de l'analyse :

### Adapter le contenu selon les besoins des différentes clientèles

- Plusieurs besoins des futurs parents sont communs, mais certains groupes ont aussi des besoins spécifiques, comme les jeunes parents, les pères ou les parents immigrants.

### Offrir plusieurs rencontres

- Les rencontres sont perçues comme utiles pour la préparation à l'accouchement lorsque les femmes ont pris part à au moins trois rencontres, alors que pour être perçues comme utiles à favoriser une transition aisée à la parentalité, les femmes doivent prendre part à au moins quatre séances. Enfin, lorsqu'elles participent à cinq rencontres ou plus, elles ont plus de chances de maintenir un lien avec les autres participantes un an après la naissance de l'enfant.

### Diminuer les barrières à la participation

- L'analyse révèle l'importance de réduire les barrières d'accès pour les clientèles plus difficiles à rejoindre (ex. : jeunes couples) afin d'encourager et de maintenir leur participation.

### Privilégier l'ajout de thématiques et d'approches spécifiques

- Une thématique (ex. : risques et bénéfices liés au déclenchement artificiel du travail) traitée en profondeur plutôt qu'avec d'autres sujets dans le curriculum de base donne de meilleurs effets. C'est le cas aussi pour certaines approches spécifiques comme celle basée sur la résolution de problèmes.

### Inclure les principes de l'enseignement aux adultes

- Lorsque l'information est présentée en tenant compte des principes de l'apprentissage aux adultes (interactive, multimodale et basée sur la théorie de l'auto-efficacité), des bénéfices sont plus souvent notés.

## Recommandations

Quatre recommandations pour l'offre de service de rencontres prénatales au Québec découlent des constats et des conditions émergentes :

1. Maintenir l'offre de rencontres prénatales de groupe pour tous les futurs parents du Québec comme indiqué dans la Politique de périnatalité 2008-2018.
2. Mettre l'accent sur les comportements et les choix sur lesquels les parents ont une emprise plutôt que sur les situations qui impliquent d'autres acteurs ou des événements imprévisibles.
3. Revoir les objectifs des rencontres prénatales pour cibler les déterminants de l'état de santé soit les connaissances, la confiance en leurs capacités et le soutien entre futurs parents.
4. S'inspirer des cinq conditions ayant plus de chances d'entraîner des effets bénéfiques pour définir les modalités d'application des rencontres prénatales de groupe au Québec.

## Conclusion

L'analyse des effets des rencontres prénatales de groupe met en évidence leur potentiel en promotion de la santé et confirme leur utilité dans l'offre de service au Québec. D'autres études sont nécessaires pour comprendre les effets sur l'état de santé, les effets auprès des clientèles vivant en contexte de vulnérabilité ou les futurs pères.

Pour en savoir plus, consulter l'avis complet :

Tu, M.T & Poissant, J. (2015). *Avis scientifique sur les effets des rencontres prénatales de groupe*. Québec : Institut national de santé publique du Québec, 119 p.

## Avis scientifique sur les effets des rencontres prénatales de groupe

### AUTEURES

Julie Poissant, experte en périnatalité et petite enfance  
Mai Thanh Tu, conseillère scientifique  
Direction du développement des individus et des communautés

*Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.*

*Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en formulant une demande au guichet central du Service de la gestion des droits d'auteur des Publications du Québec à l'aide d'un formulaire en ligne accessible à l'adresse suivante : <http://www.droitauteur.gouv.qc.ca/autorisation.php>, ou en écrivant un courriel à : [droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca](mailto:droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca).*

*Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.*

©Gouvernement du Québec (2016)

N° de publication : 2060-Sommaire