

Récipiendaire d'une bourse d'études 2024 – Émilie Brunet-Pagé, SF

Pratiques professionnelles et connaissances des sages-femmes vis-à-vis de l'activité physique prénatale

Description du projet

Le projet de recherche mené par Émilie Brunet-Pagé s'intéresse aux pratiques professionnelles et aux connaissances des sages-femmes (SF) du Québec en matière d'activité physique (AP) prénatale. Cette thématique est particulièrement pertinente compte tenu des nombreux bienfaits de l'AP pendant la grossesse, tant pour la santé des femmes et des personnes enceintes que pour celle du bébé. En effet, la pratique régulière d'AP prénatale est associée à une réduction du gain de poids excessif, à une diminution des risques de dépression prénatale, de prééclampsie, ainsi qu'à une baisse des risques de macrosomie fœtale. Contrairement à certaines idées reçues, elle n'augmente pas les risques de fausse couche, d'accouchement prématuré ou d'anomalie prénatale.

Malgré les recommandations canadiennes encourageant au moins 150 minutes hebdomadaires d'AP d'intensité modérée, seulement 27,5 % des personnes enceintes au Canada atteignent cet objectif. Parmi les obstacles relevés, le manque d'information et de conseils provenant des professionnels de la santé joue un rôle significatif. Les SF, en tant que professionnelles de première ligne, ont un rôle clé à jouer dans la promotion de l'AP prénatale, notamment en raison de la relation de confiance qu'elles entretiennent avec leurs clientes et de la fréquence de leurs suivis. Toutefois, une étude de portée récente a révélé que les SF font face à divers défis dans l'accompagnement des personnes enceintes sur ce sujet.

Le projet d'Émilie Brunet-Pagé vise à combler les lacunes de la littérature actuelle en documentant les connaissances, attitudes et pratiques des SF du Québec relativement à l'AP prénatale. Une attention particulière est portée aux stratégies de communication utilisées, dans le but d'optimiser l'accompagnement vers un mode de vie actif. L'étude, de nature descriptive, permettra d'identifier les besoins et les défis des SF afin de proposer des pistes concrètes pour les soutenir dans leur pratique. Pour l'auteure, également engagée dans la formation initiale des SF, ce projet contribuera à enrichir tant les contenus pédagogiques des programmes de formation que les ressources destinées à la formation continue. Il s'agit ainsi d'un projet à fort potentiel d'impact pour la profession et la santé périnatale au Québec.