

# Les enfants paient très cher la dépression de post partum

**SANTÉ - *La Guidance infantile de Genève veut prévenir la dépression consécutive à un accouchement. Une maladie peu connue aux conséquences redoutables.***

CORRINE AUBLANC

L'image de la jeune-mère-rayonnant-de-bonheur...un cliché qui a la peau dure. Dans la réalité, plus de 10% des femmes ayant accouché souffrent de dépression du post partum<sup>[1]</sup>. «Mais très peu en sont informées. Ignorantes de leurs maux et en proie à la culpabilité, ces femmes ont des difficultés à accéder aux soins», avance Nathalie Nanzer, médecin adjoint à la Guidance infantile<sup>[2]</sup> et responsable d'une étude pilote en cours sur le sujet. Le but: prévenir plutôt que guérir.

Souvent confondue avec le bénin baby-blues, ce coup de cafard passager après l'accouchement qui n'a rien de pathologique, la dépression du post partum n'en constitue pas moins un grave problème de santé publique, selon la praticienne: «Au niveau humain, les répercussions sur les enfants, les femmes et les couples sont énormes. Et les traitements ont des coûts largement supérieurs à ceux induits par les thérapies préventives. Mais actuellement, on ne s'émeut que face aux situations extrêmes.» Comme ce fut le cas il y a quelques années, à la suite d'un infanticide à la maternité de Genève. Pendant ce temps, des femmes souffrent sans bruit.

## **Une maladie passée sous silence**

En dépit des nombreuses publications scientifiques existant sur le sujet, la dépression du post partum est encore largement occultée. «A Genève, par exemple, les cours de préparation à la naissance restent très centrés sur les aspects physiques ou sur le baby-blues», selon la psychologue Sonia Calò, chargée du dépistage dans le cadre de l'étude-pilote de la Guidance infantile. Du coup, les cas de dépressions maternelles sont souvent repérés trop tardivement, alors qu'ils sont déjà suivis d'effets désastreux. «Chez une grande part des mères dont nous recevons les enfants en consultation, on retrouve une dépression du post partum. Les deux problèmes doivent alors être traités en même temps», relève le Dr Nanzer. D'où l'idée d'agir en amont. Lancée il y a quelques mois par les pédopsychiatres de la Guidance infantile, en collaboration avec la maternité, les gynécologues obstétriciens et l'Arcade sages-femmes, la démarche cible les femmes enceintes du canton. L'objectif: informer, déceler les signes précurseurs de la dépression et la désamorcer par une prise en charge médico-psychologique.

## **Thérapies préventives brèves**

«On voit les femmes en début de grossesse, en allant à leur rencontre. Chez leur gynécologue, par exemple. Lors des entretiens, certaines s'estiment dépassées par les événements et disent avoir du mal à 'faire de la place' au futur bébé. Beaucoup se sentent seules avec ce qu'elles vivent», explique Mme Calò. Des thérapies individuelles brèves, centrées sur la relation parent-enfant, sont alors proposées aux parturientes diagnostiquées «à risque», à raison de deux séances avant l'accouchement et de deux séances après. «Le rôle du père, en tant que personne à impliquer, est abordé.» Un test à domicile, effectué trois mois après la prise en charge thérapeutique, permet de vérifier l'état psychique de la patiente. Au terme de l'étude-pilote genevoise, qui devrait être bouclée cet été, l'objectif de l'équipe pédopsychiatrique de la Guidance infantile est d'obtenir des fonds pour lancer une recherche de plus grande envergure.

---

## SE SENTIR MÈRE N'EST PAS INNÉ

CAC

Honte de se sentir mal alors qu'elles «devraient» être épanouies, de ne pas éprouver le légendaire «instinct maternel» devant leur rejeton...La dépression du post partum se caractérise par les symptômes dépressifs habituels – grande fatigue, nervosité, baisse d'énergie, sentiment d'incompétence...– et peut survenir à tout moment dans l'année qui suit une naissance. Trop souvent, ces symptômes sont banalisés par l'entourage, qui les dénigre faute de les comprendre. «La notion de culpabilité s'en trouve renforcée», souligne le Dr Nathalie Nanzer.

On ne peut cependant prédire si une femme sera davantage qu'une autre sujette à une dépression, selon la responsable de l'étude menée dans le cadre de la Guidance infantile. D'autant que, d'une grossesse à l'autre, la situation peut évoluer. Avec des cas où la maladie ne survient qu'à la deuxième ou troisième naissance. «Notre hypothèse est que la dépression du post partum est liée au passé des femmes, notamment à des conflits non résolus durant leur propre enfance qui ressurgissent au moment de devenir mère», explique le médecin. Quant au poids de l'environnement socioculturel? «Il existe des facteurs protecteurs, comme la présence de l'entourage familial, la qualité des relations entre les conjoints, ou le niveau socioéconomique.» Inversement, la dissolution du noyau familial, l'éloignement des grands-parents maternels favorisent l'apparition du syndrome dépressif. Or souvent, quand la mère est déprimée, les enfants sont symptomatiques. Chez les nourrissons, les carences relationnelles se traduisent par des pleurs, des troubles alimentaires ou du sommeil. En grandissant, ils développent des troubles de la relation et de la communication et peuvent accuser certains retards. D'où l'intérêt de la prévention chez la future mère.

---

Notes :

*[1]Genève ne dispose pas de statistiques sur la dépression du post partum. Selon diverses études effectuées dans les pays occidentaux, la maladie touche 10% à 17% des femmes nouvellement accouchées.*

*[2]Service de consultation des Hôpitaux universitaires de Genève spécialisé dans le traitement des troubles psychiques et du développement du petit enfant.*