

LE TEMPS

Sciences & Environnement

L'accouchement, une épreuve aussi pour les pères; La dépression post-partum a été souvent étudiée chez les mères mais pas chez les pères, censés assumer sans souffrance leur nouveau rôle. Et pourtant les hommes peuvent aussi la subir, assure une étude américaine

Etienne Dubuis

1,008 words

3 July 2010

Le Temps

TEMPS

French

(c) 2010 Le Temps Homepage Address: .

Les mères sont menacées de deux types de dépresses après l'accouchement: le baby-blues, qui intervient peu après la naissance et dure un ou deux jours, et la dépression **post-partum**, qui surgit plus tard et dure plus longtemps. Si la première, d'origine physique, leur est propre, la seconde, d'origine psychologique, ne l'est pas. Pour preuve, des pères aussi peuvent en souffrir. Telle est la conclusion d'un article paru récemment dans le Journal of the American Medical Association (JAMA), une «méta-analyse» (compilation de recherches) réalisée sur la base de 43 études incluant plus de 28000 patients.

Ce travail estime à 10,4% le taux de dépression chez les pères au cours de l'année qui suit la naissance d'un enfant. Un chiffre forcément approximatif mais susceptible de donner un ordre de grandeur. Il s'avère ainsi sensiblement plus bas que chez les mères, où ce même indice atteint 23,8%, mais nettement plus élevé que chez les hommes en général, où il ne dépasse pas les 4,8%. Devenir père semble donc plus que doubler le risque de connaître une sérieuse baisse de régime.

Autre indication importante de la recherche: comme chez la femme, la dépression **post-partum** chez l'homme fluctue grandement au fil des douze mois suivant l'accouchement. Et elle culmine au même moment pour les deux sexes. La période comprise entre la naissance et la fin du troisième mois connaît le plus bas taux de déprime (7,7%), alors que la suivante, du quatrième au sixième mois, possède l'indice le plus élevé (25,6%).

Ces cas ne doivent pas être sous-estimés, assurent les auteurs de l'étude, emmenés par James F. Paulson, de l'Eastern Virginia Medical School (Etats-Unis). Et pas seulement parce qu'ils représentent une souffrance pour certains hommes. Les dépressions **post-partum** des pères sont souvent corrélées avec celles des mères, ce qui laisse supposer que les unes et les autres ont tendance à se favoriser. Et puis, elles comportent des risques pour le moral des enfants. Appel est lancé en conséquence pour que davantage d'attention soit porté aux pères après l'accouchement. Afin de mieux prévenir et soigner leur dépression. Et de mieux protéger leur entourage.

L'article du JAMA n'est pas une révélation, dans le sens où sa thématique a été abordée par différents articles depuis les années 1970 au moins. Mais il a pour originalité de dresser un des premiers tableaux généraux de la question. Et ce à un moment où le phénomène paraît s'amplifier.

Psychiatre et thérapeute de famille, Robert Neuburger remet en question le terme «dépression», un «mot-valise quelque peu paresseux» à son avis qui «épargne à ceux qui le prononcent le soin de qualifier plus précisément les affections auxquelles ils sont confrontés». Il n'empêche: le praticien assure avoir reçu dans sa consultation des hommes «en piteux état», qui éprouvaient de grandes souffrances après être devenus pères et ne parvenaient pas à s'en sortir tout seuls. Quel que soit le nom qu'on lui attribue, le problème existe bel et bien.

«Il s'agit de dépressions cachées ou, comme on le dit dans le métier, «à bas bruit», remarque Nicolas Favez, professeur en psychologie clinique à la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation de l'Université de Genève. Leurs victimes ne sont pas totalement abattues mais elles se plaignent d'être fatiguées ou d'être confrontées à des enfants difficiles. Cela les amène à se désinvestir affectivement, à éprouver peu de sentiments pour leur bébé et une grave insatisfaction dans leur relation de couple.»

Pourtant, admet Nicolas Favez, ce malaise reste souvent caché. «Dans notre société occidentale, explique le professeur, tout parent est censé être heureux à l'arrivée d'un bébé. Or la naissance d'un enfant, surtout du premier, remue beaucoup d'émotions, pour le meilleur et pour le pire. Le père comme la mère peut se découvrir moins bon parent qu'il ne le rêvait. Et sa nouvelle vie de couple peut lui réserver des frustrations, en matière sexuelle notamment. Or, si la société est aujourd'hui attentive au possible malaise des mères, elle l'est très peu à celui des pères. Elle considère que les hommes sont bâtis pour passer à travers ce genre de difficultés.»

Pas facile. D'autant que la pression sur les pères est en augmentation, commente Nicolas Favez. «La société occidentale attend des hommes qu'ils se comportent en nouveaux pères, passant beaucoup de temps à s'occuper de leurs enfants en bas âge. En même temps, elle leur demande de demeurer des

pères classiques, capables d'assurer le confort matériel de leur famille. Cela fait beaucoup.»

Président de l'Institut de la famille à Genève, Francis Ritz dresse le même constat. Et observe des évolutions spectaculaires. «Nous assistons à un bouleversement des mœurs captivant pour les ethnologues, assure-t-il. Les hommes, désormais censés prendre soin de leurs enfants, entrent dans la grossesse avec une attitude très féminine. Ils sont de plus en plus nombreux, par exemple, à développer le syndrome de la couvade, soit à prendre du poids, à montrer une anxiété inhabituelle et à présenter des conduites irrationnelles pendant la grossesse de leur compagne. Une attitude féminine qui a tendance à se perpétuer après l'accouchement avec son lot de bonheurs et de malheurs, dont des dépressions **post-partum**.»

Après quelques mois, le cumul de la fatigue physique et du poids des responsabilités a toujours plus raison de la résistance des -pères. Comme il l'a de celle des mères. Pas de quoi s'étonner. Comme le dit Francis Ritz, «l'homme est une femme comme les autres».

ebf295aa-8601-11df-b45b-0f473be0e178

Document TEMPS00020100702e6730000i