

Expérience maternelle en période postnatale: la naissance du site internet Supermaman.be

Justine Slomian¹, Patrick Emonts², Jean-Yves Reginster^{1,3} et Olivier Bruyère^{3,4}.

1. Département des sciences de la santé publique, ULg

2. Service de gynécologie-obstétrique, CHU de Liège, ULg

3. Unité de recherche en santé publique, épidémiologie et économie de la santé, ULg

4. Département des sciences de la motricité, ULg

Une thèse de doctorat réalisée en 2018 au sein de l'unité de recherche en Épidémiologie et Économie de la Santé du département des Sciences de la Santé publique s'est penchée sur les besoins maternels en période postnatale. Cette thèse a donné naissance à un site internet visant à répondre, au moins en partie, aux besoins identifiés chez les mères: le site www.supermaman.be.

IDENTIFICATION DES BESOINS DE LA MÈRE

La grossesse ainsi que la naissance d'un enfant s'accompagnent également de la naissance d'une mère. Malgré que la naissance d'un enfant soit vue comme un évènement heureux dans notre société, la période postnatale constitue, la plupart du temps, une étape stressante, engendrée par un changement intense et assez soudain dans le rôle et les responsabilités des mères (1-7).

Au vu de toutes les perturbations rencontrées par les mères, cette thèse de doctorat avait pour objectif premier d'explorer les besoins maternels en post-partum. Pour ce faire, 22 entretiens individuels avec des mères ainsi qu'un *focus group* réunissant plusieurs mères ont été menés. Après de riches interactions avec les mères, quatre grandes catégories de besoins ont ainsi été mises en évidence: le besoin d'information, le besoin de soutien psychologique, le besoin de partage d'expériences et le besoin de soutien pratique et matériel (8).

Cette étude montre que les femmes ne se sentent ni assez informées dans cette période

de vie difficile, ni assez soutenues au point de vue psychologique. Elles sont souvent fatiguées et se posent beaucoup de questions. Elles ont besoin de partager cette expérience de vie, d'être rassurées et de se sentir comprises.

En parallèle, un *focus group* avec des professionnels de la périnatalité a également eu lieu. Les discussions avec ces derniers ont révélé une discordance entre leur perception des besoins maternels et celle des mères. Ils semblent davantage préoccupés par les besoins durant la grossesse que durant le post-partum ne voyant, en réalité, que très peu de besoins non comblés après un accouchement alors que les mères ont tendance à se sentir délaissées durant cette période. Il semble donc exister une sorte de désaccord entre le besoin d'information des mères et le rôle d'éducation à la santé de la part des professionnels.

> INTERNET COMME SOURCE D'INFORMATION

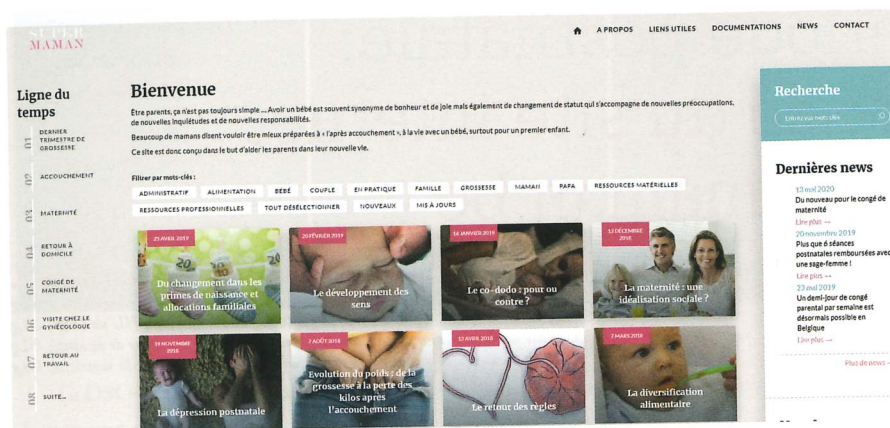
Tenant de répondre à leurs besoins, il semble que les femmes, déjà durant la grossesse, se tournent de plus en plus vers les outils numériques, y compris internet. En effet, il a déjà été montré à plusieurs reprises que les femmes enceintes se tournaient de plus en plus vers internet pour répondre à

leur besoin d'information (9-13), mais il n'existait pas encore d'étude de ce genre pour le post-partum. Le deuxième objectif de cette thèse était alors d'évaluer si les femmes continuaient à utiliser ces outils numériques en vue de répondre aux questions rencontrées durant le post-partum, via un large sondage en ligne; ce qui a été confirmé.

Cette étude a montré qu'après l'accouchement, **90,5% des femmes déclarent rechercher des informations relatives à leur propre santé en post-partum et/ou relatives à la santé de leur enfant** (contre 90,9% des femmes durant la grossesse) (14). Ce sondage a également souligné le **manque de confiance accordée envers les sites internet existants** de la part des mères (note accordée par les participantes à la qualité des informations trouvées sur internet: $5,30 \pm 1,78/10$).

Étant donné que les outils existants semblent ne pas satisfaire les utilisatrices principales, l'idée de développer de nouveaux outils numériques en vue d'essayer de répondre aux besoins maternels prenait alors tout son sens. Encore fallait-il cibler des outils numériques qui soient cohérents envers les attentes maternelles. Deux ateliers de co-création, l'un

Figure 1:

Page d'accueil de www.supermaman.be (capture d'écran du 13 mai 2020).

avec des parents et des professionnels de la santé et de la petite enfance et l'autre avec des experts en technologies, ont été menés afin de déterminer, d'abord, la liste des critères qu'il est nécessaire de développer dans les futurs outils numériques et d'imaginer, ensuite, des outils numériques pouvant répondre aux besoins maternels tout en respectant les critères antérieurement mis en évidence. Plusieurs solutions numériques visant à répondre aux besoins maternels ont été ainsi investiguées dans le cadre de cette thèse (ex: système de vidéoconférence, Newsletter informatique préprogrammée, applications de *serious gaming*, système de géolocalisation, site centralisé dédié aux systèmes de garde, système de marrainage, forums dédiés supervisés par des professionnels, etc.) (15).

LA NAISSANCE DE SUPERMAMAN.BE

Au terme de cette investigation, un outil numérique en particulier a été sélectionné et dès lors développé de toute pièce (contenu et design), avec l'aide de parents (tant des mères que des pères) et de professionnels de la santé et de la petite enfance: il s'agit d'un site internet centralisé nommé **Supermaman.be** (initialement appelé *Happy-Mums.be* dans le cadre de la thèse).

Ce site internet est destiné à répondre aux besoins des mères (mais aussi des parents) en diffusant et centralisant des informations de qualité depuis le dernier trimestre de gros-

sesse jusqu'à 1 an après l'accouchement. Des priorités en termes de thématiques à traiter au sein du site internet ont été convenues au moyen d'une méthode Delphi, réunissant tant des parents que des professionnels de la santé et de la petite enfance (16). Le contenu du site a ensuite été produit en collaboration avec des professionnels et experts des thématiques traitées. La conception graphique de ce site a été réalisée par un sous-traitant et cette conception ainsi que les fonctionnalités du site ont été validées par deux nouveaux ateliers de co-création. La **figure 1** présente la page «Home» actuelle de *Supermaman.be*. Cette page est à la fois la page d'accueil et la page principale du site internet. Il s'agit en effet de la page contenant la majorité des informations traitant de sujets destinés à répondre aux besoins maternels. L'ensemble de ces informations est organisé selon un système de fiches: chaque fiche traitant d'un sujet donné et pouvant contenir, en plus des informations sur le sujet traité, des liens vers d'autres documents, d'autres sites internet ou encore d'autres fiches, mais aussi vers des témoignages de parents.

ÉVALUATION DE SUPERMAMAN.BE

Les parents et les professionnels ayant participé à la méthode Delphi ont été recontactés afin d'exprimer leur opinion quant à *Supermaman.be*. Attribuant une note moyenne de **8,00 ± 1,00/10 concernant la qualité des informations trouvées** sur

Supermaman.be, leurs impressions étaient plutôt positives (17). Leurs commentaires et suggestions ont également permis d'apporter plusieurs améliorations avant de lancer un test à plus large échelle. En effet, *Supermaman.be* a également été testé dans une large population de mères sous forme d'une étude interventionnelle randomisée contrôlée en simple aveugle avec un suivi d'un mois (article en cours de soumission pour publication). Au total, 425 femmes ont été incluses dans cette étude: la moitié des femmes ont eu accès à *Supermaman.be* ($n = 213$) et l'autre non ($n = 212$). Les objectifs de cette étude étaient, d'une part, d'évaluer l'influence que pouvait avoir *Supermaman.be* sur les besoins maternels identifiés préalablement dans cette thèse; et, d'autre part, de recueillir les impressions des participantes sur le site internet ainsi que sur les informations qui y sont divulguées (qualité, utilité, informations incomplètes ou fausses, satisfaction). Une évolution similaire des besoins maternels a été mise en évidence que les femmes aient eu accès à *Supermaman.be* ou non. Le site internet ne semble donc pas, en tous cas après un mois d'utilisation, avoir un effet statistiquement significatif sur les besoins maternels. Cependant, **la qualité des informations issues de Supermaman.be a, une fois de plus, été jugée bien meilleure que celle des sites internet tout venant**. En effet, les participantes ont attribué une note moyenne de **7,22 ± 1,37/10** quant à la qualité des informations issues de *Supermaman.be* contre une note de **5,29 ± 1,48/10** sur les autres sites internet ($p < 0,0001$).

INTÉGRATION DANS LES STRATÉGIES DE SOINS

Cette thèse a montré que les femmes présentent des besoins physiques et affectifs qui semblent persister pendant plusieurs mois après leur accouchement. La promotion de la santé maternelle par les professionnels ne peut donc pas s'arrêter à la naissance du nouveau-né et à la visite post-partum des six semaines. Une période postnatale saine dépendrait de la capacité d'une femme à utiliser efficacement ses propres compétences pour s'assurer que ses besoins ainsi que ceux de sa famille sont satisfaits (18). Les besoins de santé des femmes pendant cette période de transition vitale vont donc au-delà de la

simple récupération physique (8, 19, 20). Dans une vision holistique de la prise en charge des femmes, les professionnels se doivent de trouver des moyens d'intégrer des stratégies dans les soins qui aideront les femmes à développer les compétences nécessaires en vue de répondre de façon adaptée à leurs besoins (18, 21-23). Ce constat est d'autant plus vrai que les sorties de la maternité sont de plus en plus précoces et présentent donc un risque supplémentaire de modèles d'éducation et de promotion de la santé insuffisants. Il est dès lors important que les professionnels mettent en place un suivi rigoureux en dehors de l'hôpital afin de continuer à soutenir les parents dans cette épreuve (24, 25).

CONCLUSION

Bien que les dimensions humaines et psychologiques soient prédominantes et non négligeables durant la période postnatale, plusieurs outils numériques peuvent apparaître comme une solution complémentaire et utile en guise de réponse aux besoins maternels; particulièrement dans le contexte actuel des sorties précoces de la maternité. Le site internet développé dans le cadre de cette thèse (www.supermaman.be) constitue ainsi une piste de solution intéressante qui pourrait être utile à de nombreuses mères ainsi qu'aux professionnels de la périnatalité.

Si vous êtes intéressés par l'acquisition de flyers et/ou d'affiches (actuellement gratuits) pour mettre sur vos bureaux de consultation et/ou dans vos salles d'attente afin de référencer ce site internet, n'hésitez pas à nous contacter via l'espace «contact» du site internet:
<http://www.supermaman.be/contact/>

Rejoignez-nous sur:

- > [facebook.com/SupermamanB](https://www.facebook.com/SupermamanB)
- > twitter.com/SupermamanB

Références

1. Nystrom K, Ohrling K. Parenthood experiences during the child's first year: literature review. *J Adv Nurs* 2004;46(3):319-30.
2. Javadifar N, Majlesi F, Nikbakht A, Nedjat S, Montazeri A. Journey to motherhood in the first year after child birth. *J Fam Reprod Health* 2016;10(3):146-53.
3. Stern DN, Bruschweiler-Stern N. *The Birth of a Mother*. Odile Jaco. 1998.
4. Cristescu T, Behrman S, Jones SV, Chouliaras L, Ebmeier KP. Be vigilant for perinatal mental health problems. *Practitioner* 2015;259(1780):19-23.
5. Dayan J. [Clinical approach and epidemiological aspects of mood and anxiety disorders during pregnancy and postpartum. Review and synthesis]. *J Gynécologie, Obs Biol la Reprod* 2007;36(6):549-61.
6. Northayati MN, Nik Hazlina NH, Asrenee AR, Wan Emilin WM. Magnitude and risk factors for postpartum symptoms: A literature review. *J Affect Disord* 2015;175:34-52.
7. Forster DA, McLachlan HL, Rayner J, Yelland J, Gold L, Rayner S. The early postnatal period: exploring women's views, expectations and experiences of care using focus groups in Victoria, Australia. *BMC Pregnancy Childbirth* 2008;8:27.
8. Slomian J, Emonts P, Vigneron L, et al. Identifying maternal needs following childbirth: A qualitative study among mothers, fathers and professionals. *BMC Pregnancy Childbirth* 2017;17(1):213-26.
9. Lagan B, Sinclair M, WG K. Pregnant women's use of the Internet: A review of published and unpublished evidence. *Evid Based Midwifery* 2006;4(1):17-23.
10. Romano AM. A Changing landscape: Implications of pregnant women's internet use for childbirth educators. *J Perinat Educ* 2007;16(4):18-24.
11. Lagan BM, Sinclair M, Kernohan WG. Internet use in pregnancy informs women's decision making: a web-based survey. *Birth* 2010;37(2):106-15.
12. Larsson M. A descriptive study of the use of the Internet by women seeking pregnancy-related information. *Midwifery* 2009;25(1):14-20.
13. Lagan BM, Sinclair M, Kernohan WG. A web-based survey of midwives' perceptions of women using the Internet in pregnancy: a global phenomenon. *Midwifery* 2011;27(2):273-81.
14. Slomian J, Bruyère O, Reginster JY, Emonts P. The internet as a source of information used by women after childbirth to meet their need for information: A web-based survey. *Midwifery* 2017;48:46-52.
15. Slomian J, Emonts P, Vigneron L, et al. Meeting the needs of mothers during the postpartum period: Using co-creation workshops to find technological solutions. *JMIR Res Protoc* 2017;6(5):e76.
16. Slomian J, Emonts P, Erpicum M, Vigneron L, Reginster JY, Bruyère O. What should a website dedicated to the postnatal period contain? A Delphi survey among parents and professionals. *Midwifery* 2017;53:9-14.
17. Slomian J, Vigneron L, Emonts P, Reginster JY, Bruyère O. The "Happy-Mums" website dedicated to the perinatal period: Evaluation of its acceptability by parents and professionals. *Midwifery* 2018;66:17-24.
18. Fahey JO, Shenassa E. Understanding and meeting the needs of women in the postpartum period: The perinatal maternal health promotion model. *J Midwifery Womens Health* 2013;58(6):613-21.
19. Wilkins C. A qualitative study exploring the support needs of first-time mothers on their journey towards intuitive parenting. *Midwifery* 2006;22(2):169-80.
20. Almalik MM. Understanding maternal postpartum needs: A descriptive survey of current maternal health services. *J Clin Nurs* 2017;26(23-24):4654-63.
21. Fowles ER, Cheng H-R, Mills S. Postpartum health promotion interventions: a systematic review. *Nurs Res* 2012;61(4):269-82.
22. Cheng C-Y, Fowles ER, Walker LO. Continuing education module: postpartum maternal health care in the United States: a critical review. *J Perinat Educ* 2006;15(3):34-42.
23. Nelson AM. Transition to motherhood. *J Obstet Gynecol neonatal Nurs* 2003;32(4):465-77.
24. Benahmed N, Devos C, San Miguel L, Vinck I, Vankelst L, Lauwerier E, et al. KCE Reports 232B: Caring for mothers and newborns after uncomplicated delivery: towards integrated postnatal care. 2014.
25. Nilsson I, Danbjørg DB, Aagaard H, Strandberg-Larsen K, Clemensen J, Kronborg H. Parental experiences of early postnatal discharge: A meta-synthesis. *Midwifery* 2015;31(10):926-34.



Gunaikeia
www.gunaikeia.be
sur internet