

Parfois, nous voulons disparaître,  
mais tout ce que vous nous  
voulons vraiment, c'est d' être  
trouvé

(Anonyme)

La journée est destinée aux:  
**futurs parents; néo-parents, beaux-pères et  
belles-mères; travailleurs sociaux et éducateurs**

Elle se déroulera de **10h00-12h00 samedi 7  
novembre 2020**

Lieu: Centre Thérapeutique de la Côte  
Route de la Vallée 9 – 1180 Rolle

La formation sera animée par:

**Valeria VADILONGA**

*Psychologue-psychothérapeute FSP  
Thérapeute EMDR*

*Master Universitaire en soutien parental*

Renseignements et inscriptions:

[valeria.vadilonga@gmail.com](mailto:valeria.vadilonga@gmail.com); Tel. 076/278.80.46

Participation: 25.- par personne / 40.- par couple

## DÉPRESSION POST-PARTUM NOUVELLES MAMANS PLUS À RISQUE DE DÉPRESSION EN RAISON DES EFFETS DE LA PANDÉMIE

### COMME PRESERVER LA SANTÉ MENTALE DES GESTANTS ET NOUVELLES MERES SAU TEMPS DU COVID 19?



**Cette journée mettra au centre de la  
réflexion les vulnérabilités et les enjeux  
critiques auxquels les futures et nouvelles  
mamans doivent faire face pendant cette  
pandémie**

**Une attention particulière sera dédiée à  
fournir des outils pour ciblées sur la  
prévention de leur sa santé mentale**

Selon une étude canadienne, les cas d'anxiété et de dépression post-partum ont augmenté pendant la pandémie.

La cause?

### **Peur du contagage et de la solitude**

Au moment du Covid-19, les gynécologues, obstétriciens et psychologues ont vu la santé mental des femmes enceintes et des nouvelles mères se détériorer (globalement). Et les premières données recommandées confirment les impressions

**Le taux de troubles anxieux et de dépression post-partum a plus que doublé au cours des premiers mois de 2020**



Les résultats, publiés dans la revue Frontiers in Women's Global Health, confirment les soupçons avancés par les spécialistes

**Plus précisément, la réponse aux troubles anxieux est passée de 29 à 72%. Pour les symptômes dépressifs: de 15% à 41% pour cent.**

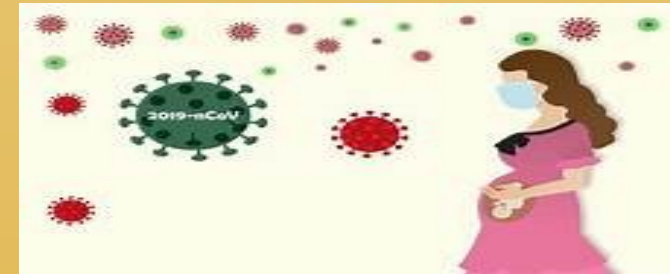
C'est-à-dire entre deux et trois fois plus: en un an seulement

## **POURQUOI PRESERVER LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE DES NOUVELLES MERES PENDANT LA GROSSE DEVIENNE FONDAMENTAL?**

Dans l'imagination commune, il va de soi qu'une nouvelle mère doit être ou être heureuse à tout moment. Mais la réalité n'est pas toujours telle

**La dépression post-partum et les troubles anxieux touchent en moyenne 1 femme sur 7 pendant la période périnatale**

Cette phase est considérée comme cruciale pour le développement de l'enfant, en termes de santé mentale



**Les femmes enceintes qui font face à la dernière phase de la grossesse avec l'un de ces troubles ont une probabilité plus élevée d'avoir une naissance prématurée. Les conséquences peuvent concerner le développement cognitif et émotionnel de l'enfant**

C'est pourquoi la détection précoce fait presque toujours une différence. Il est donc essentiel de reconnaître la dépression post-partum et d'intervenir le plus précocement possible, afin d'accélérer la guérison

**CETTE ATTENTION DEVIEN ENCORE PLUS NECESSAIRE PENDANT CETTE PANDEMIE OU LES FACTEURS DE RISQUE DE DEPRESSION POST-PARTUM ONT AUGMENTE ET LES FACTEURS DE PROTRCTION ONT DIMINUE**