

Intervenants

Sage-femme, pédiatre et diététicienne du RéPPOP

Pour qui?

Patiente enceinte en surpoids, inquiète par leur prise de poids

Condition

Avoir débuté un suivi de grossesse

PARCOURS :

Il s'agit d'un programme d'éducation thérapeutique référencé ARS, destiné aux femmes enceintes inquiètes par leur prise de poids pendant leur grossesse.

Ce programme permet d'améliorer le devenir de la grossesse et prévenir du risque d'obésité de l'enfant à venir. Il s'appuie sur les dernières connaissances et sur les déterminants précoces de l'obésité pédiatrique.

Le programme POME est issu d'une étude randomisée (ETOIG)

Inscription au secrétariat du RéPPOP : 0381219002

OBJECTIFS :

Aider la femme enceinte en surpoids à modifier ses habitudes de vie et d'alimentation :

- En apportant des connaissances théoriques sur l'obésité et ses conséquences pour elle-même et l'enfant à venir
- A devenir autonome dans ses choix diététiques
- En la sensibilisant à une activité physique régulière
- En l'amenant à réfléchir sur l'alimentation de son futur enfant
- En la soutenant

THÈMES ABORDÉS:

- L'alimentation
- L'activité physique
- la sédentarité
- les écrans
- les aspects psychologiques
- les questions médicales
- La motivation
- La parentalité...

Les thèmes des séances seront déclinés selon les besoins et difficultés des participantes et selon leurs priorités. Celles-ci seront impliquées dans la démarche et la réalisation du programme.

LE DÉROULÉ :

Programme de groupe pour 3 à 7 patientes. Programme à intégrer en début de grossesse de préférence

Un bilan individuel sera réalisé avec une sage-femme qui sera la référente tout au long du suivi et toujours présente lors des ateliers

- Premier atelier avec une diététicienne et la sage-femme référente
- Deuxième atelier avec un médecin et toujours votre sage-femme de référence
- Troisième atelier après l'accouchement, avec un médecin et toujours votre sage-femme de référence

(Les sujets abordés seront toujours en adéquation avec les besoins et difficultés des femmes).