

Bases et Positions d'accouchement, protection du périnée en pré per et post partum / 4 jours

La formation propose un nouveau regard sur la biomécanique obstétricale et la prévention des traumatismes périnéaux : utilisation des bases de l'Approche POsturo-Respiratoire - APOR® - postures et respirations pour les différents temps de la grossesse, de l'accouchement et des suites de couches.

BASES ET FONDAMENTAUX

POSITIONS D'ACCOUCHEMENT

OBJECTIFS

- Donner les bases de placement, respiration et mobilisations en accord avec les principes de Gasquet : auto grandissement dans toutes les postures, intégration du périnée comme starter de l'expiration, travail sans hyperpression abdominale.
- Analyser les erreurs classiques de placement et de respiration et leurs conséquences mécaniques sur le rachis, la ceinture abdominale et le périnée.

Donner des techniques pour

- Retrouver la physiologie de l'accouchement en utilisant des positions et des techniques respiratoires pour améliorer la dynamique materno-foetale
- Trouver des moyens antalgiques et intégrer physiquement le papa
- Prévenir les traumatismes périnéaux aux différents temps du pré, per et post partum
- Prendre en charge corporellement les suites de couches immédiates

PROGRAMME

- **Les positions de base** : assis, quatre pattes, couchés, accroupi, debout. Contrôle par la respiration, utilisation du périnée.
- **La mauvaise bascule du bassin** et ses conséquences. Apprentissage du placement et de la contre nutation. Utilisation des accessoires de stabilisation et de mobilisation. La règle de l'équerre : quand faut-il ante ou retroverser le bassin.
- **La respiration** : les erreurs habituelles. Rôle des morphologies.
- **Les abdominaux** : architecture de l'enceinte de pression abdominale : anatomie fonctionnelle, antagonismes. Faire de la place au bébé.
- **Le périnée** : anatomie fonctionnelle et nouvelles représentations. Le ressentir, le mobiliser. Rôle des positions, rôle du diaphragme. Apprentissage de la Fausse inspiration thoracique (FIT). Les grandes fonctions et dysfonctions.

- **Pendant la grossesse** : travail sur la recherche de positions et respirations favorisant le bien-être maternel. Applications en consultation, préparation à la naissance, rééducation...
- **Lors de l'accouchement** : optimiser la mécanique et la dynamique obstétricale aux différents temps de l'accouchement (phase de dilatation, engagement, descente, dégagement, délivrance) pour une naissance plus physiologique (position gynécologique « aménagée de Gasquet », accouchement sur le côté, à quatre pattes, accroupi suspendu...). Recours dans la dystocie (défaut de rotation, défaut d'engagement, dystocie aux épaules, non décollement placentaire...). Pousée non prolabante, incidences sur le périnée et la statique pelvienne.
- **En suites de couches** : accompagner autrement, de la salle de naissance jusqu'à la visite postnatale (bandage du bassin, drainage des oedèmes et des hémorroïdes, prévention des prolapsus...).
- **Le périnée** : prévenir et récupérer les traumatismes périnéaux (constipation, éducation posturale au quotidien, principes de base pour la rééducation...).

PUBLICS : Sages-femmes, médecins

PRÉ-REQUIS : Aucun

DURÉE : 4 jours (28 heures de formation),

PÉDAGOGIE : Observation, analyse et explications en terme de physiologie et de mécanique : exercices pratiques au tapis avec accessoires (ballons, coussins de relaxation, suspensions...).

GROUPE : 15 participants maximum

COÛT : 840 € les 4 jours

HORAIRES : 1er jour : 9h30 - 17h30 - jour suivant : 9h - 17h