

# Accouchement physiologique, Postures et Mobilité en Salle Physio (et autres salles)

*L'accouchement physiologique est au centre des réflexions en obstétrique.  
Un accouchement sans péridurale demande de connaître d'autres moyens d'observation,  
d'accompagnement, d'aide à la mobilité la maîtrise des alternatives antalgiques.*

## OBJECTIFS

Donner aux sages-femmes des outils de mécanique obstétricale pour mieux accompagner l'accouchement :

- Développer les capacités de lecture des signaux exprimés par la gestuelle des patientes
- utiliser les postures pour optimiser la biomécanique obstétricale
- favoriser la mobilité
- améliorer le vécu de l'accouchement
- Proposer des alternatives à la péridurale par stimulation de la production d'endorphines : postures, respiration, massages, bercements
- Favoriser le reflex expulsif et protéger le périnée par des positions et des poussées non prolabantes

## PROGRAMME

### 1<sup>o</sup> jour

- Préciser les différentes postures fondamentales (assis quatre pattes, décubitus latéral, dorsal, latéro ventral, debout et accroupi) et leur adaptation avec accessoire.
- La respiration : moyen antalgique et guide postural.
- Reconnaître les signaux envoyés par la gestuelle maternelle et les optimiser en adaptant les postures et la mobilité à la morphologie maternelle et à la spécificité de l'accouchement.
- Développer des repères non instrumentaux permettant d'apprécier la dynamique utérine et la progression foetale.

### 2<sup>o</sup> jour

- Utiliser les postures aux différents stades de l'accouchement.
- Comprendre la biomécanique du réflexe expulsif et permettre sa réalisation dans toutes les positions.
- Accompagner la poussée dans une dynamique non prolabante pour protéger le périnée et la statique pelvienne.
- Etre en mesure d'utiliser les accessoires d'une salle physio ou de permettre les adaptations sur une table d'accouchement classique

**PUBLICS** : Sages-femmes, gynécologues, équipe obstétricale (aides-soignantes, auxiliaires, infirmières, puéricultrices)  
**COÛT**: 1800€/ jour pour le groupe soit 3600€ pour les deux jours (incluant frais de transport, hébergement et repas)

**DURÉE** : 2 jours (14 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...), et applications en salle de naissance, projection de vidéos.

**EVALUATION**: tests pratiques

**GROUPE** : 15 participants maximum

**HANDICAP**: Nous sommes sensibilisés à l'accessibilité des formations aux personnes en situation de handicap. Les stages proposés sont tous à base de pratique corporelle au tapis ou sur ballon. Nous consulter afin de vérifier de la faisabilité de la formation au regard du handicap.