

L'image corporelle après la grossesse

Un questionnaire Web a été diffusé en mai-juin 2019 afin de documenter les connaissances, les attitudes, les pratiques et les besoins des intervenant.e.s en postnatal ainsi que les enjeux vécus par leur clientèle au sujet de l'image corporelle quelques mois après l'accouchement.

Merci aux 314 infirmier.ère.s, diététistes-nutritionnistes, médecins, résident.e.s en médecine, travailleur.euse.s sociaux.ales et autres intervenant.e.s qui ont répondu au sondage !

Après la grossesse, les femmes...¹

76 %
sont préoccupées de ne pas **PERDRE** assez rapidement le poids accumulé

72 %
craignent de **MANQUER DE TEMPS** pour adopter de saines habitudes de vie

68 %
ont des **ATTENTES IRRÉALISTES** de perte de poids

67 %
ont peur de vivre des **CHANGEMENTS** liés à l'apparence ou à l'image corporelle

24 %
ont des **PRÉOCCUPATIONS EXCESSIVES** en lien avec leur poids ou leur alimentation

Raisons expliquant ces préoccupations²

62 %
ont des **ATTENTES IRRÉALISTES** de perte de poids

61 %
vivent des **CHANGEMENTS** concernant leur apparence ou leur image corporelle

59 %
sont **DÉJÀ PRÉOCCUPÉES** par leur poids, leur apparence ou leur image corporelle avant la grossesse

59 %
SE COMPARENT avec d'autres femmes

57 %
SE COMPARENT avec les modèles de beauté véhiculés par les médias ou la publicité



1 Les pourcentages correspondent au total des intervenant.e.s ayant répondu que cet aspect préoccupait « très souvent » ou « souvent » les femmes. Les autres ont répondu soit « parfois », « rarement » ou « pas du tout ».
2 Les pourcentages correspondent au total des intervenant.e.s ayant répondu que cette raison explique « très souvent » ou « souvent » les préoccupations des femmes. Les autres ont répondu soit « parfois », « rarement » ou « pas du tout ».

Importance accordée à la thématique par les intervenant.e.s³

61%

considèrent qu'il est important de **QUESTIONNER** les femmes sur leurs préoccupations face aux changements corporels liés au fait d'avoir eu un enfant



76%

considèrent qu'il est important de les **ACCOMPAGNER** afin qu'elles acceptent mieux ces changements, **MAIS...**



44%

considèrent ne pas posséder les compétences ni les connaissances nécessaires pour le faire

Raisons pour ne pas aborder les préoccupations face aux changements après la grossesse⁵

86%

doivent aborder d'autres questions en priorité

53%

manquent de temps pour aborder le sujet malgré sa pertinence



33%

ont l'impression de ne pas avoir les connaissances nécessaires pour approfondir le sujet

25%

ont peur de susciter des préoccupations chez les femmes



Raisons pour questionner les femmes sur leurs préoccupations liées au fait d'avoir eu un enfant⁴

61%

manifestent certains **COMPORTEMENTS À RISQUE** (p. ex. sauter des repas, s'entraîner excessivement, etc.)



58%

expriment des **PRÉOCCUPATIONS** en lien avec leur poids, leur apparence ou leur image corporelle

58%

présentent un **TROUBLE DES CONDUITES ALIMENTAIRES**

58%

reçoivent des **COMMENTAIRES** sur leur poids ou leur apparence

3 Les pourcentages correspondent au total des intervenant.e.s ayant répondu que cet aspect est « très » ou « assez » important/ intéressant. Les autres ont répondu soit « moyennement », « un peu » ou « pas du tout ».

4 Les pourcentages correspondent au total des intervenant.e.s ayant répondu que cette raison explique « très souvent » ou « souvent » pourquoi ils.elles décident de questionner les femmes. Les autres ont répondu soit « parfois », « rarement » ou « pas du tout ».

5 Les pourcentages correspondent au total des intervenant.e.s ayant répondu être « tout à fait » ou « plutôt » en accord avec les énoncés. Les autres ont répondu soit « ni en accord, ni en désaccord », « plutôt » ou « tout à fait » en désaccord.