

## Baby blues et dépression post partum

2 choses différentes

Deux affaires dramatiques survenues en France en mai (décès à la suite de maltraitance de la part de parents), rappellent le lien étroit entre dépression post partum et réaction de maltraitance sur de très jeunes enfants.

Tout d'abord de quoi parlons-nous.

Le baby blues ou « syndrome du troisième jour » apparaît chez la mère dans les premiers jours qui suivent l'accouchement. Les symptômes se manifestent par de l'irritabilité, de l'anxiété, de la vulnérabilité et des sautes d'humeur. Il s'agit d'une réaction transitoire qui s'explique par des changements physiologiques (chute hormonale importante), une augmentation du stress et un manque de sommeil. Le baby blues peut affecter jusqu'à 80 % des femmes. Il est généralement passager et dure de quelques heures à 15 jours. Dans la plupart des cas, les symptômes s'estompent d'eux-mêmes sans qu'il n'y ait d'intervention.

La dépression post partum peut se manifester à tout moment pendant l'année suivant l'accouchement. Il n'y a pas de cause unique à la dépression postnatale, mais plutôt une combinaison de facteurs qui peuvent tous jouer un rôle dans son déclenchement. La dépression post-partum peut ainsi s'expliquer par des causes physiologiques, mais elle peut aussi être déclenchée par les énormes changements de vie provoqués par l'arrivée du bébé. Elle peut également être causée par le fait qu'on se sente dépassé, voire submergé, par les contraintes et par un manque d'équilibre entre les tâches et les activités agréables. Elle touche principalement les jeunes mères mais les pères sont également concernés.

Dans les cas les plus sévères, elle peut non seulement nuire à la mère, mais nuire aussi au développement du lien d'attachement entre elle et son bébé et réduire ses interactions avec lui.

On notera que dans certains cas le temps de présence la maternité, peut participer à la naissance de cette dépression, lorsqu'elle provoque un sentiment de culpabilité ou d'incompétence relayé par des propos ou attitudes du personnel, ou encore causer une perte d'estime de soi chez les femmes.

Dans les deux affaires énoncées (maltraitance sur des enfants de 4 et 8 mois), cette dépression existait chez une des mères, et dans le second cas chez le père.

L'équipe d'un EAJE (établissement d'accueil de jeunes enfants) a-t-elle un rôle à jouer ? Nous en sommes persuadés. La proximité avec la mère et éventuellement le père permet d'une part d'identifier d'éventuels signes voire symptômes de la dépression post partum blue. D'autre part, les temps de parole, les espaces de travail qui pourront être réservés entre le ou les parents et les professionnels de l'équipe sont les réponses les plus simples et les plus appropriées.

Pour en savoir plus sur des expériences menées : contactez-nous.