



E-learning

# Physiologie de la maternité

par Catherine Lewkowith et Sarah Desesquelles (sages-femmes)

La formation propose de donner aux professionnels de la forme et de santé des connaissances sur la physiologie de la grossesse et du post-partum pour animer de manière documentée et sécuritaire des cours et ateliers corporels à l'intention des femmes enceintes et jeunes mamans.

## Publics :

Professionnels de la forme (éducateurs sportifs, coaches), professeurs de yoga, professionnels de la santé n'ayant pas de formation de base en périnatalité (MK, ostéopathes, auxiliaires de puériculture, aides-soignantes...)

Durée : 4 jours : Ateliers pédagogiques, lectures, vidéos, audios et tests (27 heures) + 1 conférence zoom (1 h)

Pédagogie : Notions d'anatomie, et de physiologie musculaire. Explications théoriques illustrées, extraits de film, recommandations officielles, tests réguliers de compréhension et d'acquisition des connaissances et tutorat par zoom



Formation en e-learning



Prix : 390€



Durée : 28h de formation (accès à durée limitée entre le 1er et le dernier jour de session)



Inscription sur [www.degasquet.com](http://www.degasquet.com)  
Nous sommes sensibilisés à l'accessibilité des formations aux personnes en situation de handicap.  
Nous consulter pour vérifier la faisabilité de la formation en fonction de la situation de handicap.



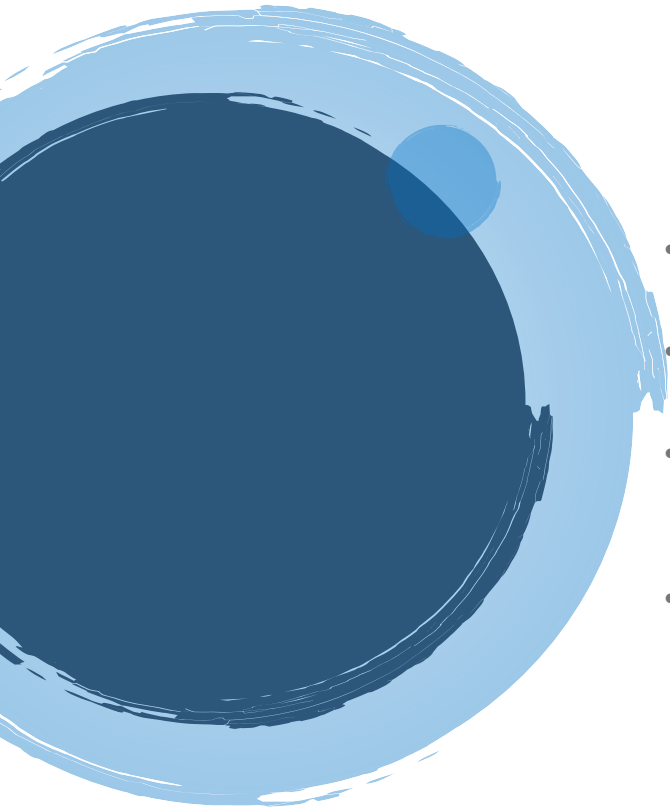
## Objectifs :

- Connaître les modifications physiologiques dues à la grossesse et aux suites de couches.
- Connaître les problèmes mécaniques et fonctionnels de la grossesse et des suites de couches
- Comprendre la place de l'accompagnement corporel et ses limites pendant la grossesse et le post partum.
- Comprendre l'importance du travail corporel en post-natal précoce et bien mené permettant une récupération

## Programme :

- La physiologie de la grossesse et les incidences : mécaniques (ostéo articulaires, musculaires) endocrinologiques, métaboliques, cardiovasculaires, psychologiques.
- L'évolution de la grossesse au cours des trois trimestres.
- Les éléments spécifiques à chaque étape.
- Les bases de la méthode A.P.O.R appliquée à la maternité : la respiration physiologique, notion d'étirement, enceinte de pression, postures justes, intégration du périnée à la respiration. La bonne bascule du bassin et placement dans toutes les positions.
- Apprentissage d'observation des attitudes spontanées des femmes enceintes et jeunes mamans ainsi que décrypter les postures et les respiration proposées pour améliorer le bien-être de la femme enceinte et de son bébé, et de la jeune maman
- La physiologie des suites de couches

## Contenu de la formation :



- Ateliers pédagogiques, lectures, vidéos, audios et tests (27 heures)
- 1 support de cours à télécharger et à conserver
- 1 tuteur pour répondre à vos questions (en classe virtuelle 1h le dernier jour de la session à 19h)
- 1 assistance technique 7 jours/7 par email à [contact@degasquet.com](mailto:contact@degasquet.com)

