

Sages-femmes et santé environnementale

Conseils et ressources pour sensibiliser les patientes

Les substances chimiques ont un impact fondamental sur la santé de la population, en particulier pendant les 1 000 premiers jours de l'enfant. Sur la base du recueil des besoins et attentes des 158 sages-femmes libérales de Bourgogne-Franche-Comté interrogées, l'Assurance Maladie propose :

QUELQUES CONSEILS PRATIQUES

Pour vous aider à sensibiliser vos patientes



Comment motiver les patientes sans être anxiogène ?

De nombreuses sages-femmes se disent confrontées à une réticence au changement de leurs patientes, ou craignent de les angoisser. L'approche motivationnelle* apporte certaines clés pour aborder l'échange :

Cerner les **perceptions** de la patiente
« Est-ce que ce sujet vous parle ? »

Comprendre

Connaître la **situation** de la patiente
Ex : conditions de vie

Eviter l'**injonction**
« Il faut arrêter de... »

Amener à réfléchir

Privilégier le **questionnement**
« Que pensez-vous possible ? »

Ne pas **minimiser** le danger...
« Oui il y a des risques... »

Rassurer

...et donner une **porte de sortie**
« ...mais on peut agir »

Montrer que c'est **faisable**
« Commencez par le plus facile »

Donner confiance

Valoriser la démarche
« Faire au mieux c'est déjà bien »



Comment déconstruire les idées reçues sur les coûts ?

« **Le bio, ça coûte cher** » : vos patientes peuvent redouter le prix des choix environnementaux, surtout en contexte d'inflation. En réalité, plusieurs « petits gestes » ne coûtent rien, voire permettent de réaliser des économies.

61% des sages-femmes citent le **coût** comme un **frein** à la santé environnementale pour **les patientes**

Ne coûte (quasi) rien

- **Aérer** le logement (ne génère pas de surcoûts d'énergie),
- **Ne pas réchauffer** les aliments dans des contenants en **plastique**,
- **Laver** les **vêtements neufs** et laver et/ou aérer les **jouets**.

Permet d'économiser

- Privilégier le **seconde main** (meubles, jouets...),
- **Ménage et cosmétiques** : peu de produits et naturels,
- **Plat maison** : 0,60€ moins cher qu'un plat industriel**



Exemple : vinaigre blanc < 1€ / L

Moins cher qu'on ne pense

- **Alimentation « bio »** : une alimentation locale issue de l'agriculture biologique, aurait un coût faiblement supérieur à l'alimentation conventionnelle,***
- **Récipients en verre** : légèrement plus chers à l'achat mais plus durables.



Comment sensibiliser vos patientes quand vous manquez de temps ?

55% des sages-femmes indiquent que le manque de temps est un frein à la sensibilisation de leurs patientes. Ce constat est d'autant plus vrai en période de grossesse, où de nombreux sujets prioritaires sont à traiter.



Aborder le sujet dès la période **pré-conceptionnelle**, y compris lors du suivi gynécologique



S'aider de la **matrice de priorisation des messages de prévention**, élaborée par le CNSF (cf. p. 2)



A minima, donner un **flyer** au patient ou l'orienter vers des **ressources en ligne** (cf. p.2)

* Miller & Rollnick, approche visant à susciter le changement en travaillant sur le libre-choix du patient et ses ambivalences

** Etude menée en 2020 par l'INRAE (Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement)

*** Etude menée en 2022 par l'association UFC Que Choisir sur un panier de produits traditionnels

DES RESSOURCES DOCUMENTAIRES Pour vos patientes et pour vous

Quels outils pour vos patientes ?

84% des sages-femmes de la région manquent de **supports de communication** à donner aux patientes et **86%** de liens vers des **ressources digitales fiables**. Ci-dessous figurent des ressources de qualité :

					
Flyer Assurance maladie	Site Internet Santé Publique France	Applications mobiles* (scan produits)		Test pour patient Fertylon	

**Liste non exhaustive des applications existantes. Résultats à utiliser avec précaution (limites méthodologiques)*

Où vous former et vous informer ?

Seules **13% des sages-femmes** de la région se considèrent **suffisamment formées et informées** sur la santé environnementale.

Pour 59% des sages-femmes, le manque de connaissances est un frein à la sensibilisation.

Formations

> « **Perturbateurs endocriniens et risque chimique autour de la périnatalité et l'enfance : les outils pour comprendre et agir** »

Ecole des hautes études en santé publique
Formation d'une durée de 9h en distanciel, chaque année (gratuit).

> **Agence DPC - Formations sur la santé environnementale et les perturbateurs endocriniens**
Catalogue à visiter sur le site de l'Agence.

Conférences & ressources

> Replay Journée « **Pesticides – Perturbateurs endocriniens : une responsabilité pour tous les professionnels de santé** »
URPS Médecins Libéraux Bourgogne Franche Comté

> Journée « **Bien-être, bien s'alimenter : un enjeu de santé environnementale !** »
URPS Médecins Libéraux et Sages-Femmes BFC
25 mai 2024 à Beaune – à venir en replay.

Ce document liste des ressources clés sur la santé environnementale.

Toutes les actualités et évènements qui concernent votre territoire peuvent être retrouvés sur le site e-SET, portail régional de référence sur la santé environnementale.

Informations

> **e-SET Bourgogne-Franche-Comté**

Portail de référence sur la santé environnementale en région, initié par l'ARS, la Région et l'ADEME.

> **Ministère de la Santé**

« *Mieux comprendre les perturbateurs endocriniens – Fiche pour le praticien* ».

> **INSERM** (Institut national de la santé et de la recherche médicale)

Page synthétisant les mécanismes et les sources d'exposition des perturbateurs endocriniens.

> **Collège National des Sages-Femmes de France**

Recommandations "Interventions pendant la période périnatale", hiérarchie des messages (p. 23).



Pour avoir accès aux liens directs vers les outils, supports et ressources, connectez-vous sur le site [ameli.fr](https://www.ameli.fr), rubrique « **Sages-femmes** », section « **Près de chez vous** »