

Le CHU de Clermont-Ferrand lance une étude inédite en France autour de l'activité physique et la sédentarité des femmes enceintes

Le CHU de Clermont-Ferrand a lancé le mardi 10 septembre 2024 une étude inédite à destination des femmes enceintes de la métropole clermontoise : Pregmouv. Cette étude novatrice vise à identifier les meilleures façons d'accompagner les femmes durant leur grossesse dans leur pratique d'une activité physique. Pregmouv est l'une des premières en France et dans le monde à explorer les parcours d'activité physique proposés aux femmes enceintes et aux effets de la sédentarité sur cette population.

Une activité physique bénéfique pour la mère et l'enfant

La pratique d'une activité physique pendant la grossesse entraîne de **nombreux bienfaits pour le bon déroulé de la grossesse, de l'accouchement et pour le développement de l'enfant**, sans aucun risque identifié sur la grossesse comme la survenue d'un accouchement prématuré.

L'étude s'intéresse aussi à la sédentarité des femmes enceintes et ses conséquences. Dans la population générale, limiter la sédentarité permet de réduire la mortalité et les maladies chroniques. Durant la grossesse, **les effets de la sédentarité sont encore à évaluer et c'est ce que vise à comprendre l'étude Pregmouv.**

Afin de sensibiliser les femmes enceintes ou en devenir, l'équipe Pregmouv organise une **demi-journée découverte** autour de l'étude et de la pratique de l'activité physique :

- au CHU de Clermont-Ferrand, site Estaing : jeudi 10 octobre de 13h30 à 16h, avec des séances à 14h et 15h.
- à la Clinique de la Châtaigneraie : jeudi 7 Novembre de 9h30 à 12h, avec des séances à 10h et 11h.

Comment se déroule l'étude ?

Toutes les femmes, résidant dans la métropole clermontoise et qui accoucheront au CHU de Clermont-Ferrand ou à la Clinique de la Châtaigneraie, pourront bénéficier de cette étude, qui démarre en septembre 2024 pour une durée de 3 ans.

Au début de leur grossesse, les parturientes seront informées par leur professionnel de santé référent (sage-femme, gynécologue-obstétricien ou médecin traitant) afin d'être incluses dès la fin de leur 1^{er} trimestre. Après leur accord de participation, les parturientes seront tirées au sort dans un des 4 parcours proposés par l'étude : une consultation dédiée à l'activité physique puis une pratique libre ou des séances d'activité physique en visioconférence ou des séances en salle (dans

5 lieux clermontois) ou des séances en format mixte (salle et visioconférence). Elles seront en contact avec l'équipe du projet de recherche Pregmouv, tout au long de leur participation : du 4^{ème} mois de grossesse jusqu'à 6 mois du post-partum.

Grâce à un partenariat avec l'ASM Omnisports et l'Office Municipal des Sports de la Ville de Clermont-Ferrand, les séances d'activité physique seront encadrées par des éducateurs sportifs professionnels. Celles qui seront organisées en salle seront proposées dans 5 lieux de la métropole, gracieusement mis à disposition par la Ville de Clermont-Ferrand. D'une durée de 45 minutes, Les séances débuteront au 4^e mois de la grossesse et se poursuivront jusqu'à la fin celle-ci, avec des horaires flexibles pour s'adapter aux emplois du temps des femmes enceintes.

Grâce à la participation des femmes, **les chercheurs pourront récolter tout au long de l'étude des données sur les temps d'activité physique et de sédentarité des femmes** (trois périodes de mesures pendant la grossesse et deux après l'accouchement), **leurs ressentis et leurs vécus**. Pendant toute l'étude, les femmes conserveront leurs suivis avec leur professionnel de santé référent et seront en lien avec les sages-femmes Pregmouv en cas de besoin ou de questions.

« En cette année olympique, l'activité physique est reconnue comme une grande cause de prévention nationale pour l'ensemble de ses bienfaits. Durant la grossesse, nous, professionnels de santé, essayons de trouver le moyen le plus adapté pour encourager les femmes à pratiquer et maintenir une activité physique, qu'elles soient sportives ou non pour qu'elles puissent bénéficier des effets positifs de celle-ci. » Chloé Barasinski, sage-femme au CHU de Clermont-Ferrand et porteuse du projet de recherche Pregmouv.

CONTACT PRESSE

Tatiana Blanc, chargée de communication

04 73 75 10 87 ou 06 33 21 02 09

Toute demande presse ou interview de professionnels du CHU doit être adressée uniquement au service communication via l'adresse suivante :
communication@chu-clermontferrand.fr