



# Post Partum et santé mentale

31/08/21

*“opinionway*  
healthcare

15 place de la République 75003 Paris



Rapport  
Qare



# MÉTHODOLOGIE

# “ La méthodologie



Étude réalisée auprès d'un échantillon de **parents d'enfants de moins de 2 ans** :

- **302 mères**, représentatifs de cette population en termes d'âge, de CSP, de région de résidence.
- **124 pères**, représentatifs de cette population en termes d'âge, de CSP, de région de résidence.



Les échantillons ont été interrogés par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview) via une étude ad hoc.



Les interviews ont été réalisées **du 12 au 26 août 2021**

*Les personnes ont été interrogées par le biais d'un partenaire terrain : Bilendi.*



OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des **marges d'incertitude à 90%** soit 2,08 à 4,76 points au plus pour un échantillon de 300 répondants, et 3,60 à 8,25 points au plus pour un échantillon de 100 répondants.

Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :

« **Sondage OpinionWay pour QARE** »

et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.



Document  
Microsoft Word



# Lecture sur les sous échantillons

Les différences entre les sous échantillons suivants auprès des mères ont été observées:

- **Âge:**
  - Moins de 30 ans (n=110)
  - 35 – 34 ans (n=113)
  - Plus de 35 ans (n=79)
- **Région:**
  - IDF (n=53)
  - Nord (n=203)
  - Sud (n=99)
- **Profession:**
  - CSP+ (n=103)
  - CSP- (n=123)
  - Inactif (n=76)
- **Nombre d'enfants dans le foyer:**
  - 1 enfant (n=130)
  - 2 enfants (n=113)
  - 3 enfants ou plus (n=59)
- **Age des enfants dans le foyer:**
  - Plus d'un enfant de moins de 4 ans (n=112)
  - Plusieurs enfants dont un seul de moins de 4 ans (n=60)
  - Un seul enfant (n=130)
- **Age de l'enfant le plus jeune (< 2 ans)**
  - 0 – 6 mois (n=99)
  - 7 – 12 mois (n=87)
  - 13 – 23 mois (n=116)

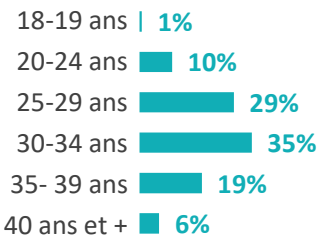
*Les bases sont trop faibles pour observer les sous échantillons auprès des pères.*



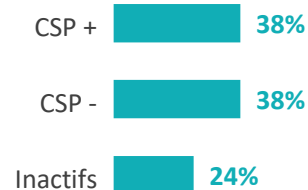
# Echantillon représentatif des mères d'enfant de moins de 2 ans

Age moyen : **31,0 ans**

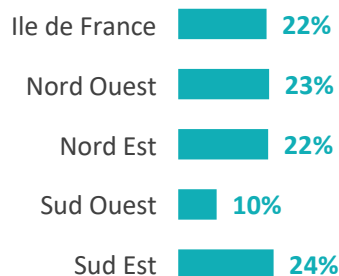
Moins de 30 ans : **40%**



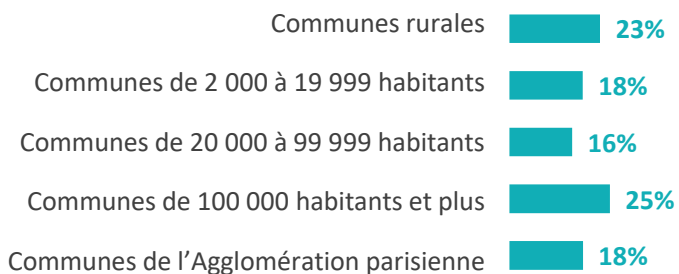
Plus de 35 ans : **25%**



Revenus de moins de 2000€ par mois : **29%**  
 Revenus de 2000€ par mois ou plus : **64%**  
 NSP: 7%



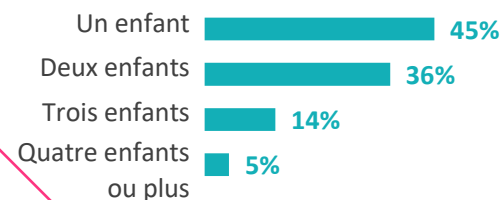
Sous-total province **78%**



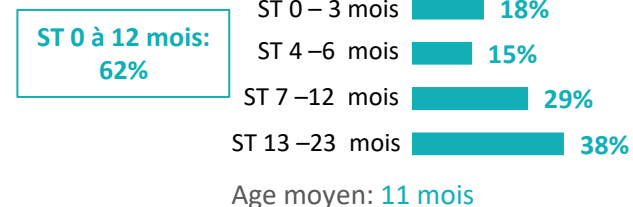
## Situation familiale

Célibataire (ou divorcée ou veuve) : **7%**  
 Mariée / concubine : **92%**  
 Autre: **1%**

## Nombre d'enfants de moins de 18 ans



## Age de l'enfant le plus jeune

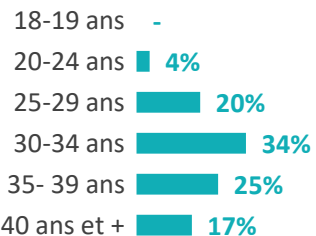




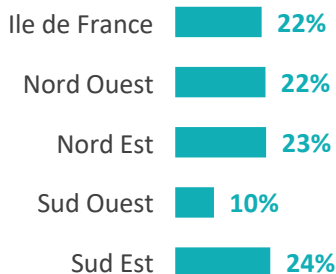
# Echantillon représentatif des pères d'enfant de moins de 2 ans

Age moyen : **34,4 ans**

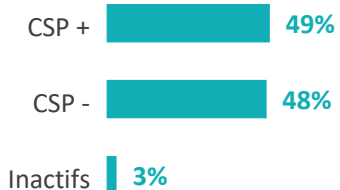
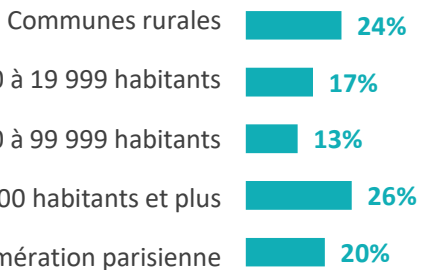
Moins de 30 ans:  
24%



Plus de 35 ans:  
42%



Sous-total province  
**78%**



Revenus de moins de 2000€ par mois : 14%  
Revenus de 2000€ par mois ou plus: 81%

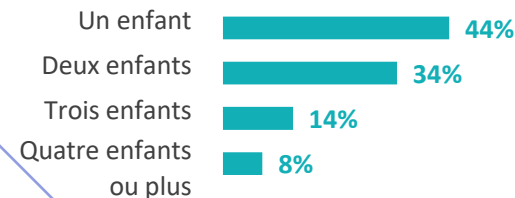
NSP: 5%



## Situation familiale

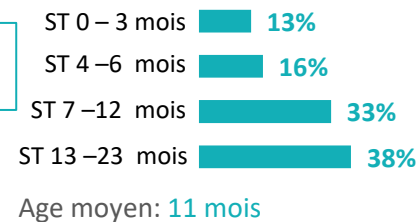
Célibataire (ou divorcée ou veuve) : 3%  
Mariée / concubine : 96%  
Autre: 1%

## Enfants de moins de 18 ans



## Age de l'enfant le plus jeune

ST 0 à 12 mois:  
62%



On constate que les femmes sont plus jeunes et plus souvent inactives (catégorie socio-professionnelle) que les hommes.

Picto by Freepik on Flaticon.com



**ANALYSE**

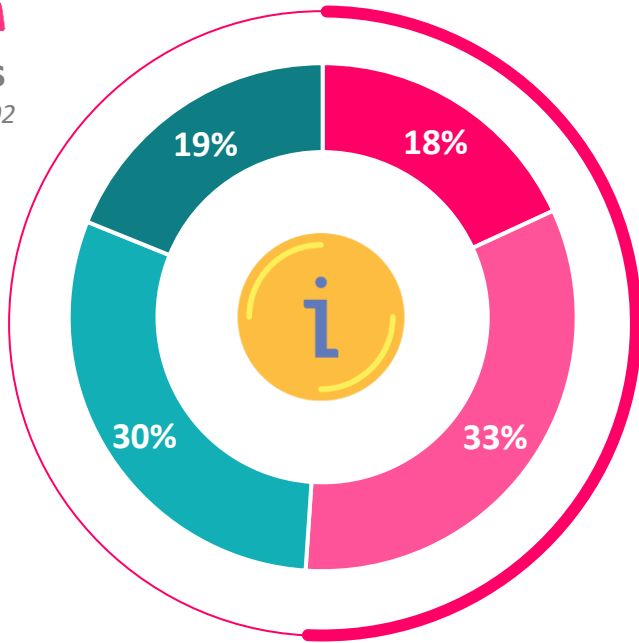


# Seulement la moitié des pères et des mères environ considèrent avoir été suffisamment informés sur la dépression post partum...

## La satisfaction sur le niveau d'information reçu concernant la dépression post partum



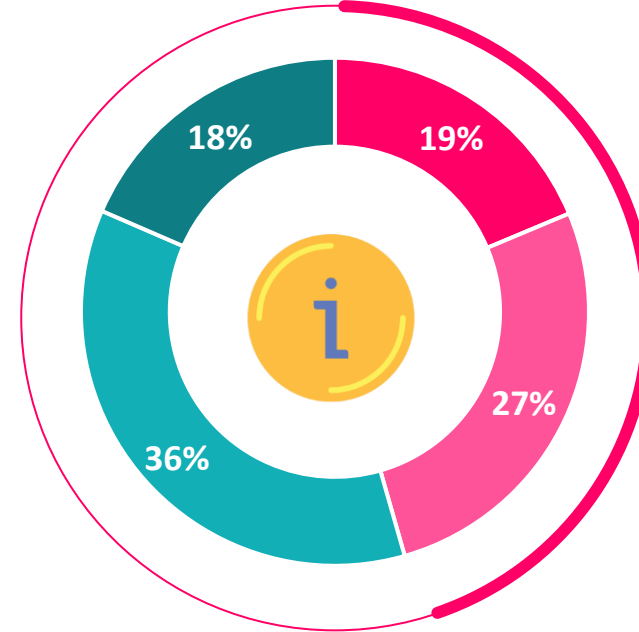
Mères  
Base n=302



Insatisfait du niveau d'information reçu  
**51%**



Pères  
Base n=124



Insatisfait du niveau d'information reçu  
**46%**

■ Oui tout à fait     
 ■ Oui plutôt     
 ■ Non plutôt pas     
 ■ Non pas du tout

Q3. Pensez-vous avoir été suffisamment informé(e) sur la dépression post-partum avant l'accouchement ?

XX%/XX% différences significatives positives/négatives par rapport à l'ensemble  
XX%/XX% différences significatives positives/négatives entre pères et mères





# ... et pourtant 30% des mères et 18% des pères font une dépression du post partum ou se sont senti(e)s déprimé(e)s.

Les mères les plus à risque sont celles qui ont moins de 30 ans, résidant en région parisienne, CSP+ et qui accouchent de leur premier enfant.

## L'état de santé mentale pendant la période du post partum

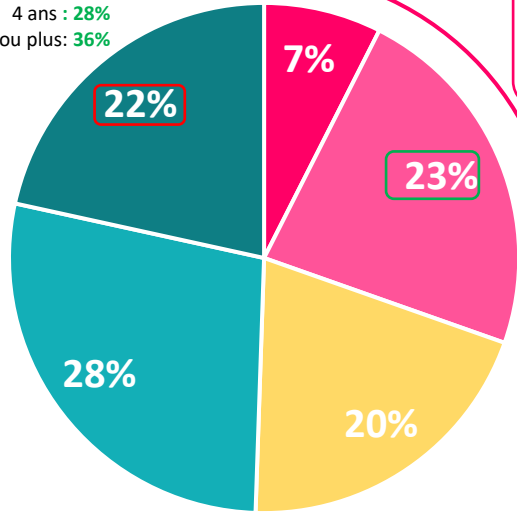


Mères

Base n=302

Province : 24%  
Plus d'un enfant de moins de 4 ans : 28%  
Ont 3 enfants ou plus : 36%

Moins de 30 ans : 10%\*  
Région Parisienne : 13%  
CSP+ : 12%



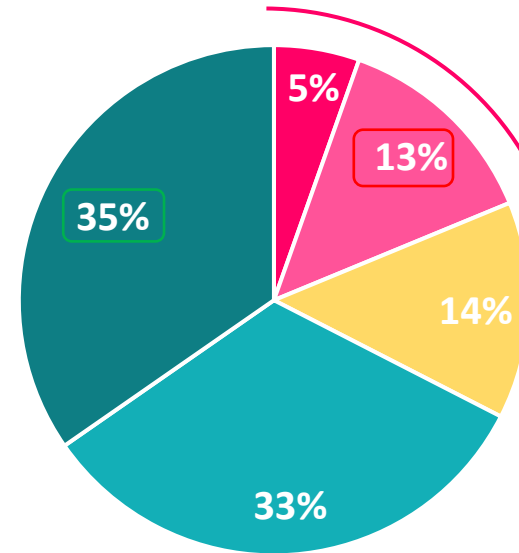
**30%**  
épisode dépressif ou déprimée

Moins de 30 ans : 39%  
Région Parisienne : 40%  
CSP+ : 40%  
Ont 1 seul enfant : 35%  
Enfant de 0 à 6 mois : 22%  
Enfant de 13 à 23 mois : 36%\*



Pères

Base n=124



**18%**  
épisode dépressif ou déprimé

- J'ai traversé cette période de **manière sereine et sans difficultés**
- Même si j'ai rencontré des difficultés à m'adapter à ma nouvelle vie de parent, **j'ai gardé le moral**

■ Mes émotions étaient à fleur de peau mais **cela a peu impacté mon moral**

- J'ai rencontré des difficultés à me sentir bien et **je me sentais plutôt déprimé(e)**
- J'ai traversé un **épisode dépressif diagnostiqué** par un professionnel de santé (dépression post-partum)

\* Différence tendancielle non significative

XX%/XX% différences significatives positives/négatives par rapport à l'ensemble  
XX%/XX% différences significatives positives/négatives entre pères et mères

Q1. Suite à votre accouchement ou à celui de votre partenaire, quelle affirmation décrirait le mieux votre état de santé mentale ?



**Ce besoin de plus d'information peut être comblé lors des rendez vous médicaux où le sujet n'est apparemment pas suffisamment abordé.**



**Mères**

Base n=155  
n'a pas été suffisamment informée sur la dépression post partum

**85%**



Raisons d'insatisfaction d'information sur la dépression post partum

Personne n'a abordé le sujet avec moi au cours des différents RDV médicaux

**71%**



**Pères**

Base n=57  
n'a pas été suffisamment informé sur la dépression post partum

Nombre moyen de raisons : 1,0

**9%**



Je ne savais pas où trouver l'information

**19%**



Enfant de 7 à 12 mois: **23%**  
Enfant de 13 à 23 mois: **4%**

**11%**



Je ne sais toujours pas ce que c'est aujourd'hui

**14%**



Autre (2%) : je n'ai pas eu envie d'en parler, le sujet n'est pas assez abordé

Autre (1%) : je n'en avais pas besoin

Q5. Pour quelle(s) raison(s) ne vous sentez vous pas suffisamment informé sur la dépression du post-partum ?

différences significatives positives/négatives entre pères et mères



L'importance du rendez vous médical se constate également chez les parents satisfaits de leur niveau d'information car c'est leur première source de renseignement, avec en particulier les cours de préparation à l'accouchement pour les pères.



### Mères

Base n=147

a été suffisamment informée sur la dépression post partum



### Sources d'information sur la dépression post partum



### Pères

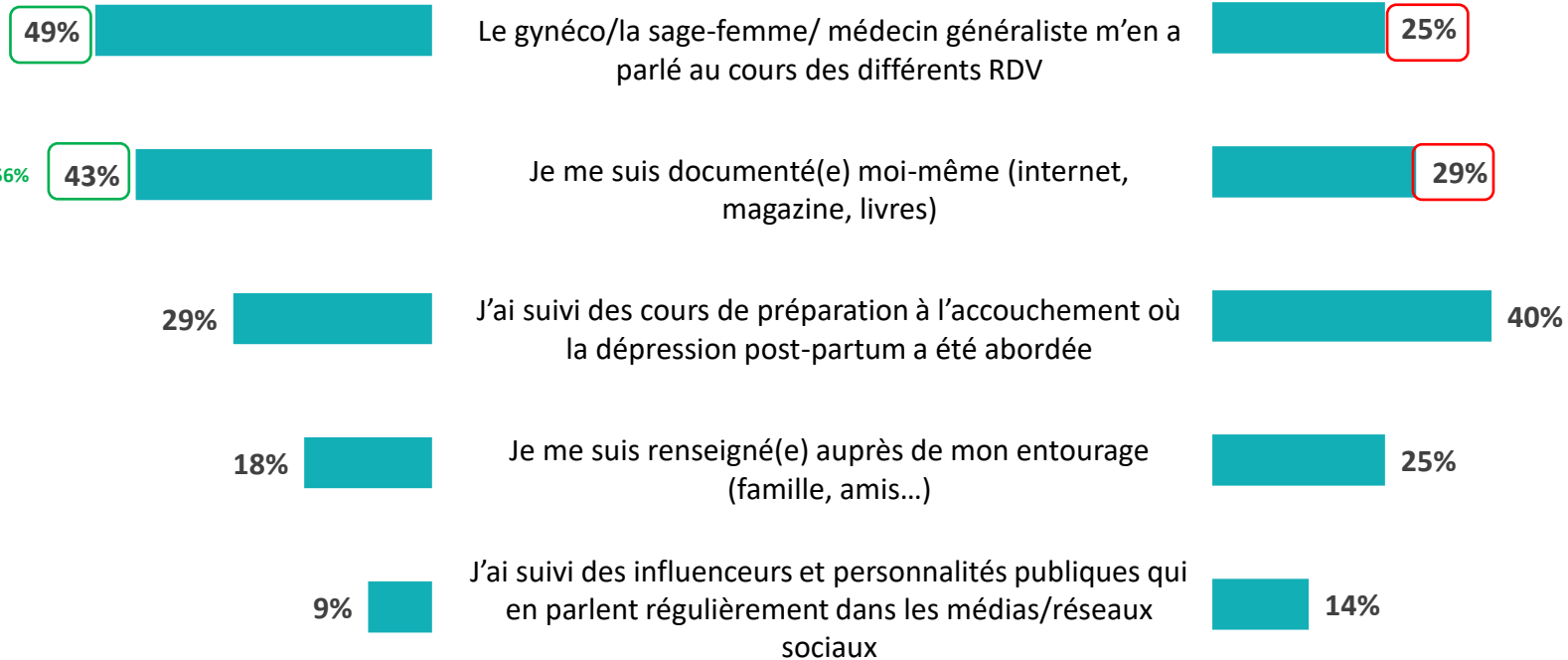
Base n=67

a été suffisamment informé sur la dépression post partum

Enfant de 13 à 23 mois: 56%

Nombre moyen de sources : 1,5

Nombre moyen de sources : 1,3



Autre (2%) : Je suis professionnel de santé, ...

Q4. Par quel(s) moyen(s)/ source(s) avez-vous été informé sur la dépression post-partum ?

différences significatives positives/négatives entre pères et mères



**Même si les professionnels de santé sont la source première d'information lorsque que le sujet est abordé, ce sont les proches vers qui les parents se tournent en premier pour parler de leur moral. Environ 1 mère ayant eu un épisode dépressif ou ayant été déprimée sur 5 n'en a pas parlé par honte de ses sentiments.**



**Mères**  
Base n=302



La communication sur ses émotions/son moral



**Pères**  
Base n=124

**65%**  
**en ont parlé**  
Nord: 70%  
Episode dépressif ou déprimée: 76%

Nombre moyen de contacts : 1,5

51%

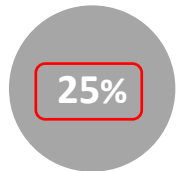
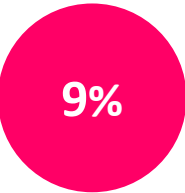
Enfant de 7 à 12 mois: 29% 22%

Episode dépressif ou déprimée: 18% 10%

Région Parisienne: 17% 10%  
Episode dépressif ou déprimée: 19%

3%

Moins de 30 ans : 13%  
Episode dépressif ou déprimée: 19%



J'en ai parlé à mes proches (amis, famille, conjoint.e)

J'en ai parlé à la sage femme

J'en ai parlé au médecin généraliste

J'en ai parlé à un professionnel de la santé mentale (psychologue, psychiatre)

J'en ai parlé au gynécologue

Je n'en ai pas parlé car j'avais **honte** de mes sentiments/émotions

Je n'en ai pas parlé car **je n'en ai pas ressenti le besoin**

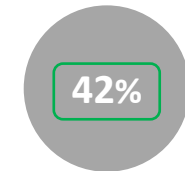
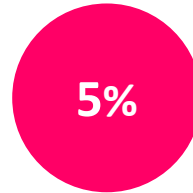
41%

11%

9%

9%

6%



Moins de 35 ans : 7%

**54%**  
**en ont parlé**

Nombre moyen de contacts : 1,4

XX%/XX% différences significatives positives/négatives par rapport à l'ensemble  
XX%/XX% différences significatives positives/négatives entre pères et mères



# Ces difficultés s'accroissent par un manque de reconnaissance et de soutien des parents :

Le sentiment d'être culpabilisé par la société est présent pour 3 pères sur 4 et 9 mères sur 10.

Plus de la moitié des parents pensent que les professionnels de santé ne sont pas assez formés sur le sujet.

Le sujet de la dépression post partum chez les hommes est méconnu pour 40% environ des parents, hommes et femmes confondus.

Seul 34% des mères et 41% des pères considèrent que ce sujet n'est plus un tabou.



Mères

Base n=302



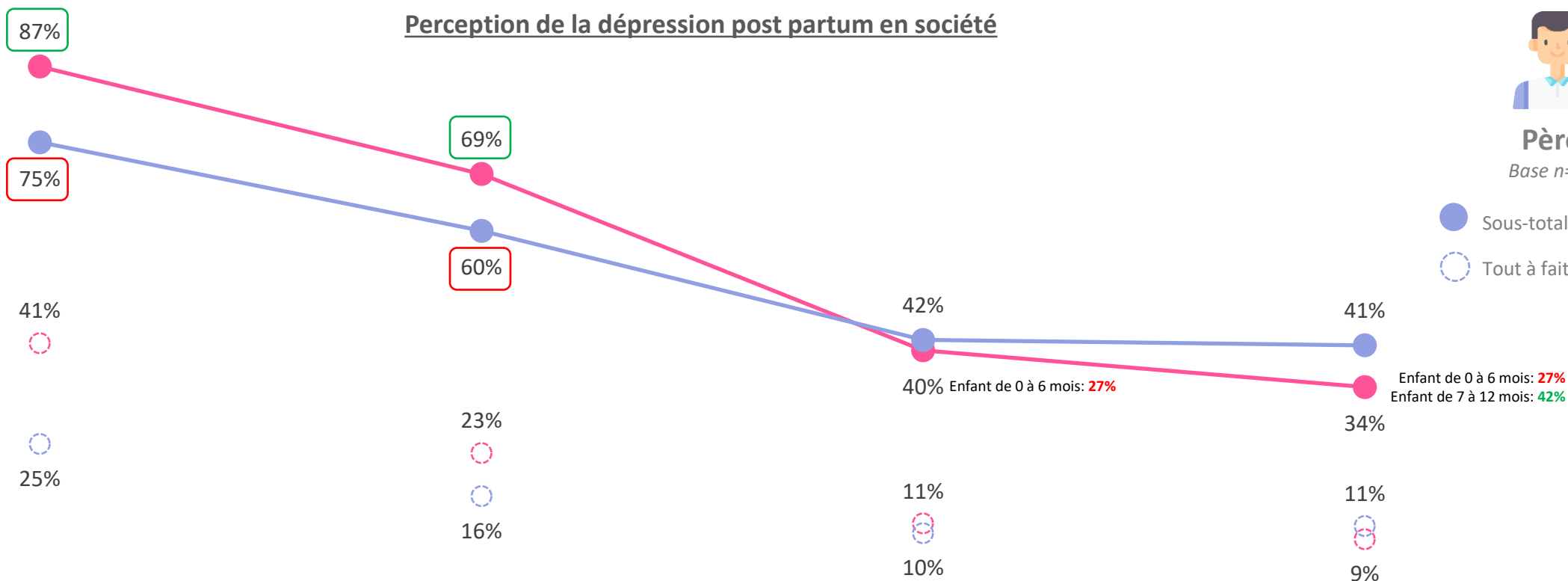
Pères

Base n=124

## Perception de la dépression post partum en société

● Sous-total D'accord  
○ Tout à fait d'accord

● Sous-total D'accord  
○ Tout à fait d'accord



Les mères et pères de famille sont encore trop culpabilisés/jugés par la société concernant cette période du post partum

Les professionnels de santé ne sont pas encore assez formés sur ce sujet

La dépression post partum touche les femmes mais pas les hommes

Le tabou est complètement levé, les Français.e.s parlent désormais ouvertement du post partum

Q6. Diriez que vous êtes tout à fait d'accord/plutôt d'accord/pas du tout d'accord avec les propositions suivantes sur le post partum de façon générale ?

Détails en annexe



# SYNTHÈSE



# Synthèse

## Des difficultés bien réelles chez les parents de jeunes enfants...

**30% des mères** et **18% des pères** d'enfants de moins de 2 ans ont rencontré des **difficultés concernant leur moral à la période du post partum** (dont **7%** de dépression dite diagnostiquée chez les femmes et **5%** chez les hommes).

→ Contrairement aux idées reçues, ce sont les femmes **n'ayant pas eu d'autres enfants précédemment** qui sont **les plus à risque**. Elles ont aussi plus souvent **moins de 30 ans**, sont **CSP+** et résidents en **région Parisienne**.

**Le tabou autour de la dépression du période du post partum, le manque de communication et de sensibilisation, la culpabilisation des parents et leur manque de connaissance sont très potentiellement des facteurs aggravants.**

**... qui pourraient être soulagées par plus de communication.**

La moitié des parents sont **insatisfaits du niveau d'information reçu** concernant la dépression du post partum (chez les pères comme chez les mères).

Pour la grande majorité d'entre eux, ce sujet n'a pas été abordé lors des rendez vous médicaux.

Ce sont les proches (amis, famille, conjoint.e) qui restent le plus sollicités pour parler de ses émotions ou son moral, loin devant les professionnels de santé.

**Les professionnels de santé sont pourtant la première source d'information des parents satisfaits de leur niveau de renseignement. Ils sont donc un levier efficace pour combler ce manque de connaissance chez les parents et lever le tabou et le sentiment de culpabilité.**

# WE ARE DIGITAL !

Fondé en 2000 sur cette idée radicalement innovante pour l'époque, OpinionWay a été précurseur dans le renouvellement des pratiques de la profession des études marketing et d'opinion.

Forte d'une croissance continue depuis sa création, l'entreprise n'a eu de cesse de s'ouvrir vers de nouveaux horizons pour mieux adresser toutes les problématiques marketing et sociétales, en intégrant à ses méthodologies le Social Média Intelligence, l'exploitation de la smart data, les dynamiques créatives de co-construction, les approches communautaires et le storytelling.

Aujourd'hui OpinionWay poursuit sa dynamique de croissance en s'implantant géographiquement sur des zones à fort potentiel que sont l'Europe de l'Est et l'Afrique.



## Rendre le monde intelligible pour agir aujourd'hui et imaginer demain

C'est la mission qui anime les collaborateurs d'OpinionWay et qui fonde la relation qu'ils tissent avec leurs clients.

Le plaisir ressenti à apporter les réponses aux questions qu'ils se posent, à réduire l'incertitude sur les décisions à prendre, à tracker les insights pertinents et à co-construire les solutions d'avenir, nourrit tous les projets sur lesquels ils interviennent.

Cet enthousiasme associé à un véritable goût pour l'innovation et la transmission expliquent que nos clients expriment une haute satisfaction après chaque collaboration - 8,9/10, et un fort taux de recommandation – 3,88/4.

Le plaisir, l'engagement et la stimulation intellectuelle sont les trois mantras de nos interventions.



# “*opinionway*”

15 place de la République  
75003 Paris

PARIS  
CASABLANCA  
ALGER  
VARSOVIE  
ABIDJAN

## RESTONS CONNECTÉS !

[www.opinion-way.com](http://www.opinion-way.com)



### Envie d'aller plus loin ?

Recevez chaque semaine nos derniers résultats d'études dans votre boîte mail en vous abonnant à notre **newsletter !**