

Résumé de l'étude Villani et al. (2024) « Entraînement périnéal prénatal pour la prévention des blessures : suivi après la période puerpérale »

Villani, Federico, Cristian Furau, Barbara Mazzucato, Antonella Cavalieri, Oana Cristina Todut, Victoria Ciobanu, Giuseppe Dodi et Ion Petre. 2024. « Formation périnéale prénatale pour la prévention des blessures : suivi après la puerpéralité » *Medicina* 60, no. 8 : 1264. <https://doi.org/10.3390/medicina60081264>

Étude clinique EPI-NO, Département des sciences chirurgicales, oncologiques et gastroentérologiques, Université de Padoue, Padoue, Italie, et Université occidentale d'Arad, Arad, Roumanie, 2023

L'étude « Entraînement périnéal prénatal pour la prévention des blessures : suivi après la période puerpérale » menée par Villani et al. (2024) fournit une analyse complète de l'efficacité des méthodes d'entraînement périnéal prénatal, en particulier l'étirement par ballonnet avec le dispositif Epi-no et le massage périnéal, pour réduire les blessures périnéales et les complications post-partum associées chez les femmes primipares. L'étude a porté sur 150 participantes classées en trois groupes : un groupe d'étirement par ballonnet (BSG), un groupe de massage périnéal (PMG) et un groupe témoin (CG) qui n'a effectué aucune préparation périnéale.

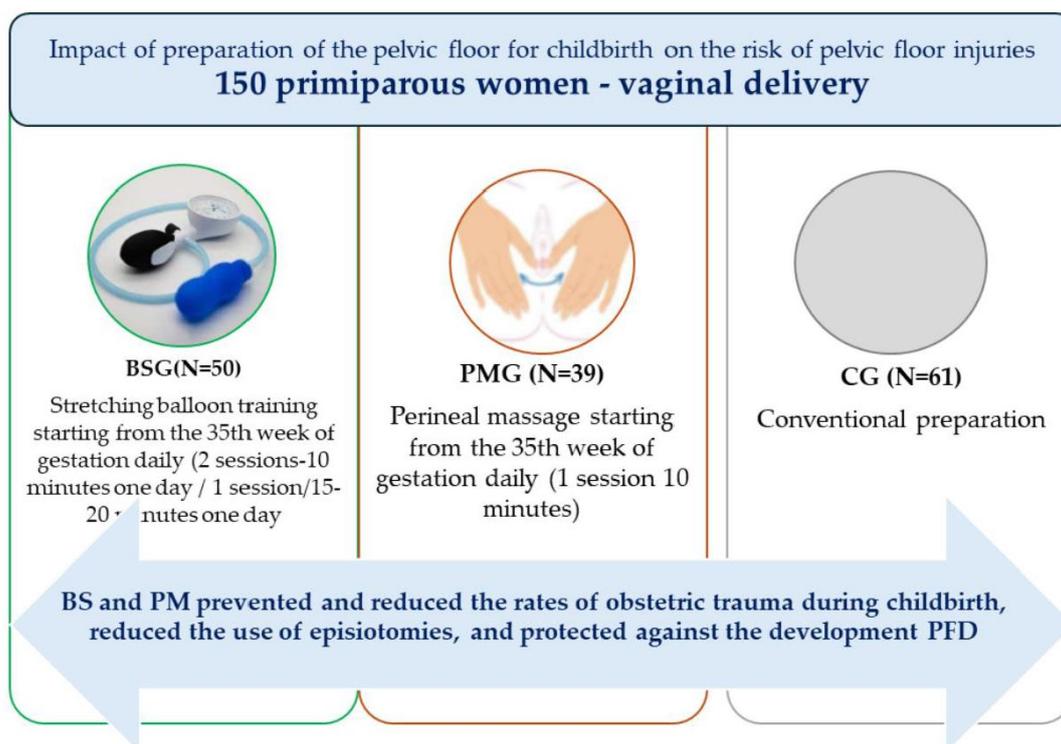


Figure 1 : Résumé graphique (© Medicina 2024, 60(8), 1264 ;<https://doi.org/10.3390/medicina60081264> ; sous licence selon les termes et conditions de la licence Creative Commons Attribution (CC BY) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>))

Principales conclusions

1. Réduction des blessures périnéales :

L'étude a révélé une réduction significative des lésions périnéales et du recours à l'épisiotomie dans les groupes BSG et PMG par rapport au groupe CG. Le groupe BSG présentait les taux les plus faibles de traumatismes périnéaux, avec seulement 27,5 % de blessures, contre 48,7 % dans le groupe PMG et 68,3 % dans le groupe CG.

2. Amélioration des résultats du travail :

La durée de la deuxième étape du travail était nettement plus courte dans les groupes BSG et PMG que dans le groupe CG. Cela indique que l'entraînement périnéal peut faciliter un processus de travail plus efficace.

3. Prévention des dysfonctionnements post-partum :

Le BSG a montré la plus faible incidence d'incontinence urinaire et de dyspareunie dans les six mois suivant l'accouchement, par rapport aux taux plus élevés observés dans les PMG et CG. Le taux d'incidence de l'incontinence urinaire s'élève à environ 23,5 % dans le BSG, contre 43,6 % dans le PMG et 55 % dans le CG. Le taux de dyspareunie dans le BSG s'élève à environ 11,8 %, dans le PMG à 35,5 % et dans le CG à 61,7 %. Cela suggère que l'étirement prénatal au ballonnet est particulièrement efficace pour prévenir les dysfonctionnements du plancher pelvien à long terme.

Avantages de l'entraînement périnéal prénatal

1. Réduction des traumatismes obstétricaux :

La pratique de l'entraînement périnéal prénatal diminue considérablement le risque de blessures périnéales, réduisant ainsi le besoin d'intervention chirurgicale telle que l'épisiotomie.

2. Amélioration de la récupération post-partum :

Les femmes qui ont suivi ces méthodes d'entraînement ont connu moins de complications liées au dysfonctionnement du plancher pelvien, comme l'incontinence et la douleur pendant les rapports sexuels.

3. Amélioration de l'efficacité du travail :

L'étude a démontré que l'entraînement périnéal peut raccourcir la durée du travail, conduisant potentiellement à un accouchement plus fluide et moins traumatisant.

Conclusion

L'entraînement périnéal prénatal, notamment l'utilisation du dispositif Epi-no pour augmenter l'élasticité des tissus périnéaux, est très efficace pour réduire les traumatismes périnéaux pendant l'accouchement et pour prévenir les morbidités post-partum associées. Ces méthodes doivent être considérées comme des options viables pour les femmes enceintes afin d'améliorer les résultats de l'accouchement et la santé du plancher pelvien à long terme.