



« Bulle Ronde »

Un programme d'ETP de prévention ultra précoce de l'obésité de l'enfant

18 septembre 2025

Christine CHOLLET, pédiatre
chollet.c@chu-toulouse.fr



« Bulle Ronde »



Un programme d'éducation thérapeutique
pour les femmes enceintes
en situation de surpoids ou d'obésité

- Quel que soit leur lieu d'habitation
- Quel que soit leur lieu d'accouchement
- Quel que soit le terme

Le déroulement du programme « Bulle Ronde »

GROSSESSE

Séance
individuelle

Entretien
téléphonique :
Bilan Educatif
Partagé (BEP)

Séance
collective
grossesse

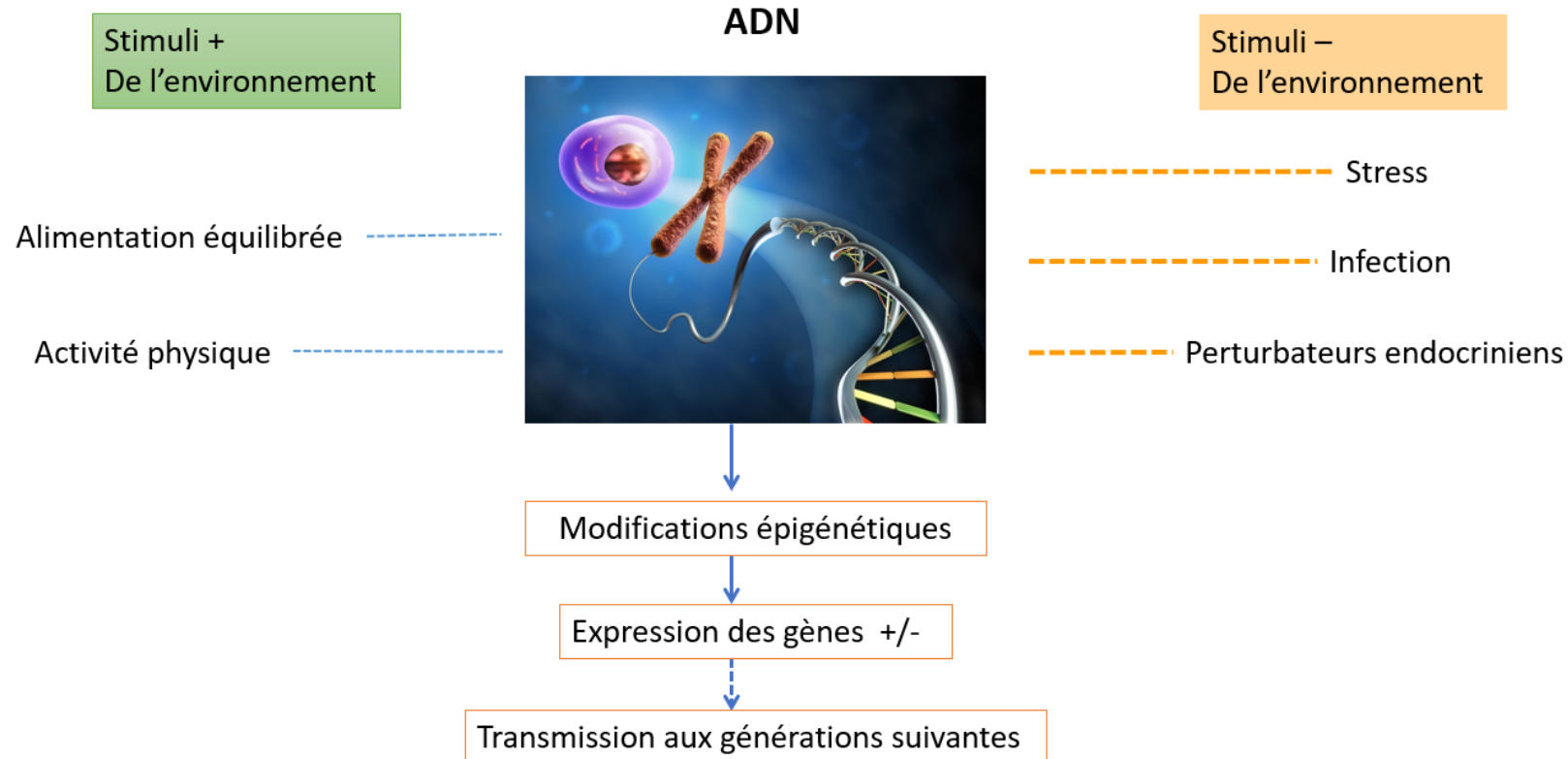
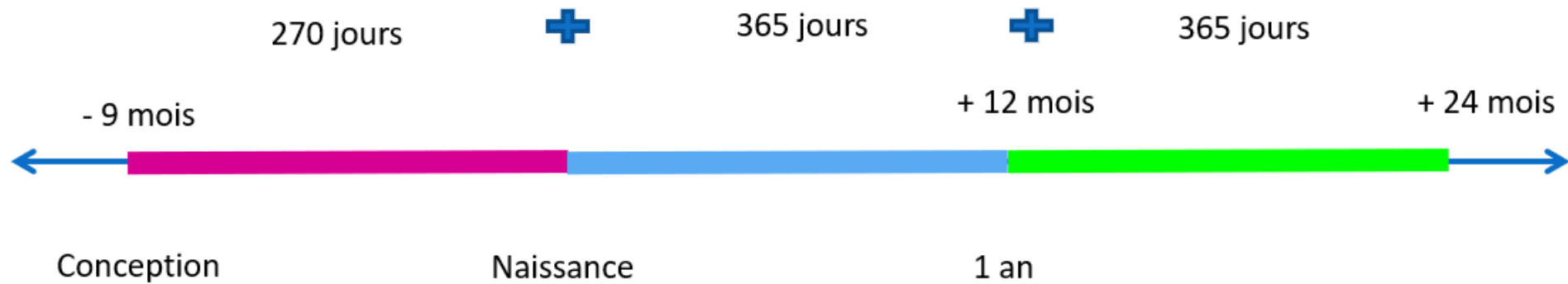
Groupe de 4 à 6 femmes
Ateliers sur 1 journée
A la maternité du CHU
de Toulouse

POSTPARTUM

Séance
collective
postnatale

Groupe de 4 à 6 femmes avec
leurs bébés de moins de 1 an
Ateliers sur une demi-journée en
visio

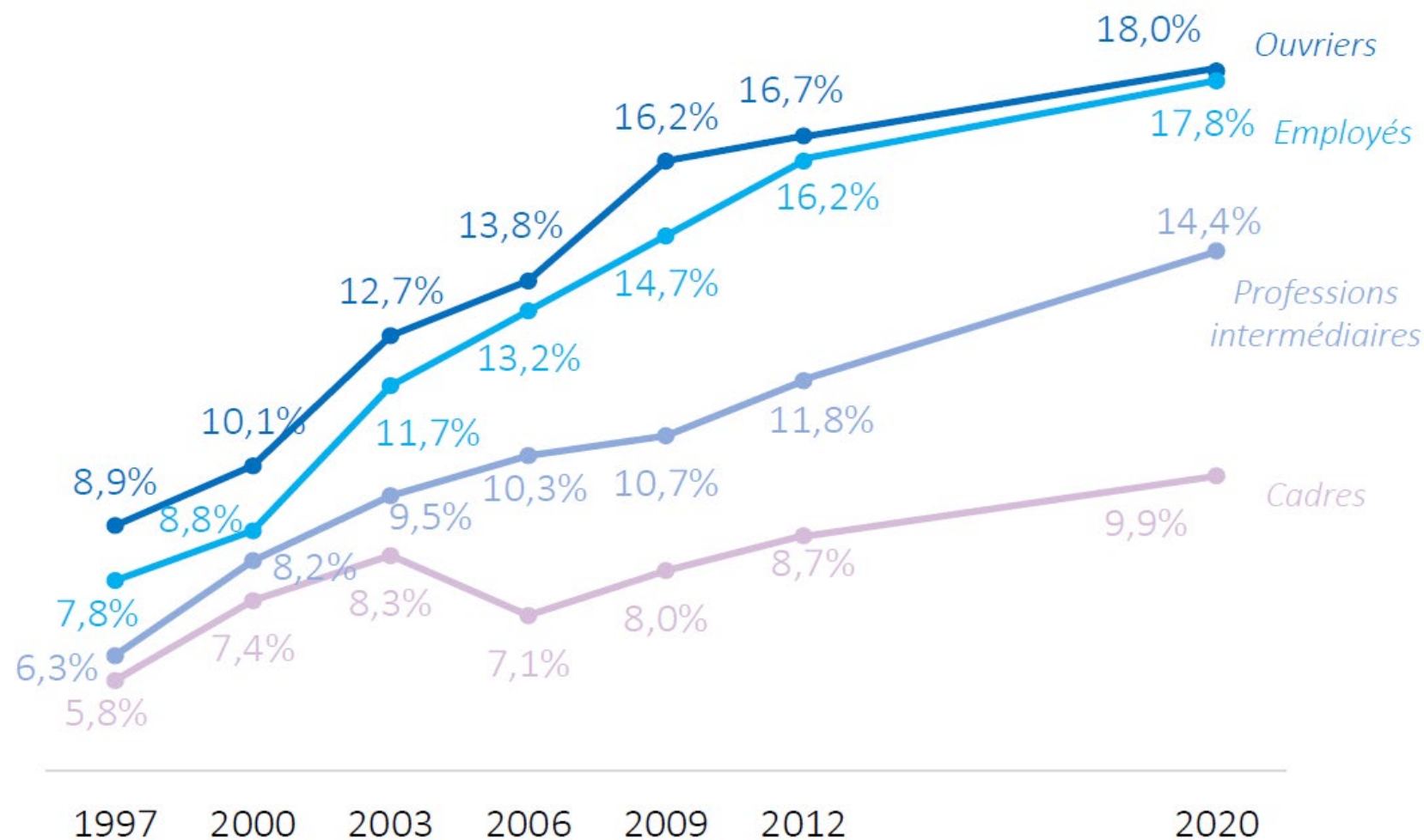
La période des 1000 premiers jours



Grossesse et obésité, une population en situation de vulnérabilité

- **Médicale** : risque obstétrical, pédiatrique...
- **Psychologique** : faible estime de soi, stigmatisation...
- **Sociale** : obésité marqueur d'inégalités sociales de santé...

Prévalence de l'obésité selon la catégorie socio-professionnelle



Obepi 2020

Prévalence de l'obésité selon la catégorie socio professionnelle : caractéristiques maternelles de « Bulle Ronde »

- 1/3 des femmes sans emploi
- 1/3 des femmes travaillent dans le milieu de la santé

Thèse Sophie Husson 2018



Grossesse et obésité , une période d'opportunité

- Disponibilité d'écoute, motivation pour mettre en place des changements pour son bébé
- C'est une nouvelle histoire qui se construit avec tous les espoirs qu'elle apporte
- Des changements à l'échelle individuelle mais aussi familiale

Atelier diététique

- Restaurer la confiance vis-à-vis de l'alimentation et de ... la diététicienne.
- Connaître les familles d'aliments (**classement des aliments factices**)
Equilibre alimentaire = Pas d'exclusion mais associations de familles d'aliments
- Travailler sur les idées reçues
- Manger sainement sans se ruiner : [programme-malin](#)



Atelier sage-femme

- Pourquoi prend-on du poids pendant la grossesse ?
- Recommandations de prise de poids *IOM 2009*
- Bénéfices de l'activité physique :
 - marcher ensemble pour partager ensemble
 - déjouer les idées reçues
 - orienter

Atelier psychologique

Travailler sur les compétences psychosociales :

- identifier les facteurs favorisant la mise en place de changements
- émotionnelles (temps de la grossesse ...)
- savoir demander de l'aide, aller vers les structures ressources sur le territoire PMI, TISF...

Atelier pédiatrique/séance post-natale



Atelier pédiatrique :

- Soutenir l'allaitement maternel
- Soutenir les compétences maternelles : « *Est-ce que je vais savoir lui donner à manger ?* »
- Expliquer les compétences du bébé : autorégulation, diversité des goûts et des textures

Séance post-natale :

- Parler de « la vraie vie » avec son bébé : ses pleurs , son sommeil, son alimentation
- Mais aussi, parler de la maman, de son désir de perte de poids et de ses difficultés à équilibrer son alimentation dans une vie, où tous les rythmes sont revisités par la présence de ce bébé.

Paroles de femme

- Madame M. 35 ans,
- 6^e grossesse, 3 enfants nés au Mali, 2 fausses couches
- Adressée vers « Bulle Ronde » par la sage-femme de la maternité
- En France depuis 2 ans
- Parle peu mais reste attentive aux premiers ateliers
- Pendant le repas partagé, elle raconte ses accouchements « au pays » : la matrone, les cris interdits, la peur pour soi et pour son bébé...

Cette femme devient la plus entourée par le groupe, la plus écoutée.

Elle gagne en confiance en elle.

→ L'ETP joue son rôle inclusif, l'histoire de vie de l'une devient terreau de réflexion pour les autres

Ressources

- *HAS Guide parcours obésité enfant*
- *Réseau périnatalité Occitanie référentiel “Femmes enceintes en situation d’obésité ou antécédents de chirurgie de l’obésité”*
- *SERO Occitanie*
- *Rapport Pr Martine Laville*