

**2021-2022**

Diplôme d'Etat de Sage-Femme

# **LES USAGES DES MEDIAS PENDANT LA GROSSESSE**

**LUDIVINE RICHARD--GUIONNEAU**

14/12/1999

Sous la direction de Mme Anne-Laurence PENCHAUD

## **Jury**

Lucile ABIOLA : présidente

William BELLANGER : membre

Laure BARTHELEMY : membre

Véronique BEAUDOUX : membre

Soutenu publiquement le 23 mai 2022

## **AVERTISSEMENT**

L'université n'entend donner aucune approbation ni improbation aux opinions émises dans les travaux des étudiant·es : ces opinions doivent être considérées comme propres à leurs auteurs.

## ENGAGEMENT DE NON PLAGIAT

Je, soussignée RICHARD- -GUIONNEAU Ludivine

déclare être pleinement consciente que le plagiat de documents ou d'une partie d'un document publiée sur toutes formes de support, numérique ou papier, constitue une violation des droits d'auteur ainsi qu'une fraude caractérisée. En conséquence, je m'engage à citer toutes les sources que j'ai utilisées pour écrire ce mémoire.

signé par l'étudiante le 08 / 04 / 2022

## REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier Mme Penchaud pour sa disponibilité, ses conseils et sa bienveillance tout au long de la réalisation de ce mémoire.

Merci à toute l'équipe pédagogique de l'école de sage-femme d'Angers de m'avoir apporté de la rigueur nécessaire à l'élaboration de ce travail.

Je souhaite remercier les femmes interrogées d'avoir dédié du temps, de s'être livrées et impliquées pour participer à cette étude.

Merci à ma famille, mes parents, ma sœur Virginie et mon frère David pour leur soutien, leurs conseils et leur relecture. Un grand merci pour leur aide.

Et enfin, merci à toutes les merveilleuses personnes des promotions de l'école que j'ai pu rencontrer et tous les bons moments passés ensemble.

## **LISTE DES ABREVIATIONS**

SA : Semaines d'Aménorrhée

SMS : Short Message System

FFRSP : Fédération Française des Réseaux de Santé en Périnatalité

OMS : Organisation Mondiale de la Santé

## SOMMAIRE

Avertissement .....	2
Engagement de non plagiat.....	3
Remerciements .....	4
Liste des abréviations.....	5
Sommaire .....	6
Introduction .....	7
Matériels et méthodes .....	9
1. Matériels .....	9
2. Méthodes .....	9
Résultats .....	11
1. Flow chart .....	11
2. Les caractéristiques de la population.....	12
3. Un usage important des médias .....	13
4. Les usages des médias les plus utilisés.....	14
5. Les usages des médias les moins utilisés .....	18
6. Les échanges avec l’entourage et les professionnels de santé.....	19
7. L’évolution des recherches au cours de la grossesse .....	21
8. Les usages des médias chez les multipares .....	22
9. La médiatisation de la grossesse : des avis divergents .....	23
Discussion .....	24
1. Intérêts, biais et limites de l’étude .....	24
2. Plusieurs sources de renseignements .....	24
3. Un usage intensif des médias pendant la grossesse .....	25
4. Les applications de suivi de grossesse .....	26
5. De multiples effets perçus comme positifs .....	26
6. La construction du bébé imaginaire.....	27
Conclusion .....	28
Annexes .....	29
Annexe 1 : Guide d’entretien.....	29
Annexe 2 : Entretien semi-directif.....	30
Bibliographie .....	36
Table des figures .....	38
Table des tableaux.....	39
Table des matières.....	40
Résumé .....	43
Abstract.....	43

## INTRODUCTION

Les médias permettent la diffusion de documents, de messages écrits, visuels, sonores ou audiovisuels, à l'aide de nombreux supports : l'affichage, la presse écrite, la radio, la télévision, l'internet, le cinéma, la bande dessinée, les jeux vidéo(1).

Les premières émissions de télévision en 1947(2), l'apparition d'internet en 1989 ou encore du smartphone en 2000 ont démultiplié les sources d'informations(3).

Les médias font maintenant partie intégrante de notre vie quotidienne d'autant plus avec les réseaux sociaux. Actuellement en France, 49,6 millions de Français utilisent les réseaux sociaux comme Facebook, Instagram, Snapchat et Twitter(4). De plus, 64,70 millions de personnes sont équipées de mobile ; ce qui représente 99 % de la population(5).

Le domaine de la médecine est notamment concerné par la médiatisation. *Doctissimo* a été élu en 2019 « site santé préféré des Français » avec 13,8 millions de consultations du site par mois(6).

La médiatisation de la grossesse et de la parentalité est elle aussi devenue présente dans notre quotidien. Les sites internet, les forums, les vidéos en ligne, les applications de suivi de grossesse téléchargeables sur smartphone, les réseaux sociaux et la télévision communiquent des informations relatives à la grossesse et la parentalité.

Elle est d'ailleurs marquée par l'émergence des applications de suivi de grossesse téléchargeables sur smartphone. Ces applications proposent de nombreuses fonctionnalités comme la diffusion d'images évolutives du fœtus semaine après semaine ainsi que la mise à disposition d'articles et de conseils afin de guider les futures mamans dans les différentes étapes de leur grossesse(7).

Arrive aussi le phénomène social des influenceurs. Un influenceur étant une personne qui par son statut médiatique et sa notoriété peut influencer les comportements de ses abonnés. Au travers des placements de produits, les influenceurs proposent des promotions et leurs avis sur des produits adaptés à la grossesse : des gammes de vitamines, des tisanes, des équipements de puériculture, des jouets ou bien des vêtements(8). Une vingtaine d'influenceuses françaises enceintes en 2021 ont vu leurs nombres d'abonnés augmenter sur les réseaux sociaux depuis l'annonce de leur grossesse. Parmi elles, nous pouvons citer Nabilla avec 6,7 millions d'abonnés(9), Jessica Thivenin avec 6,3 millions(10) et Hillary avec 2,1 millions(11). Ce baby-boom est d'ailleurs mis en avant dans un nouveau concept d'émission télé-réalité diffusé quotidiennement : *Mamans et célèbres*. Le principe est de faire découvrir le quotidien de personnalités féminines connues des télé-réalités devenues mamans ou futures mamans(12).

D'autres émissions de télé-réalité existent dans ce domaine comme *Familles nombreuses la vie en XXL*(13) ; ou encore de docu-télé-réalité : *Baby-Boom*(14).

Quant à *La Maison des Maternelles* diffusée sur France TV depuis 20 ans, elle connaît encore un record d'audience en réunissant tous les matins 15,8% des téléspectateurs en décembre 2021(15). Cette émission quotidienne est destinée aux parents et futurs parents. Des professionnels de santé et des participant(e)s se réunissent pour aborder des sujets divers et variés autour de

la grossesse, de la naissance, des nouveau-nés, des enfants jusqu'à l'adolescence et la vie de parents(16).

Il est important de notifier que la grossesse représente une aventure à la fois corporelle et sensationnelle. Elle est marquée par un bouleversement physique et psychique. C'est une période de vulnérabilité émotionnelle et psychique où l'environnement extérieur, comme les médias, peut influencer le ressenti, le vécu et les prises de décisions. Comprendre la motivation à la consommation des médias spécifiques à la grossesse chez les femmes enceintes est donc d'autant plus important(17).

Quels types de médias les femmes enceintes utilisent-elles ? Pour quelles raisons consultent-elles les médias ? Quels sont les effets des médias dont elles témoignent sur le vécu de leur grossesse ?

L'objectif principal de cette étude observationnelle, qualitative, descriptive, multicentrique, et par entretiens semi-directifs était de déterminer les types de médias et de comprendre leurs usages des médias pendant la grossesse.

L'objectif secondaire était d'identifier de possibles effets des médias sur le vécu de la grossesse.



# MATERIELS ET METHODES

## 1. MATERIELS

La population interrogée comprenait des femmes enceintes ou ayant accouché dans le département du Maine-et-Loire (49) et de la Sarthe (72).

Les critères d'inclusion étaient les suivants :

- Femme enceinte à partir du 3<sup>ème</sup> trimestre jusqu'à la 8<sup>ème</sup> semaine du post-partum
- Primipare ou multipare

Les critères de non-inclusion étaient les suivants :

- 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> trimestre de grossesse
- Refus de participer à l'étude

Nous avons fait le choix d'interroger des primipares et des multipares pour recueillir des vécus plus riches et variés. Nous voulions un aperçu global et évolutif des usages des médias sur l'ensemble de la grossesse.

## 2. METHODES

### 2.1. Données recueillies

Le sujet de l'étude a été transmis à la population d'étude par l'intermédiaire de connaissances et par bouche à oreille. Les femmes contactées n'étaient pas des personnes connues personnellement. Le premier contact s'est effectué par SMS ou par mail. C'est à ce moment-là que l'accord de participation à l'étude a été obtenu et que la date de l'entretien a été fixée.

Un entretien semi-directif au domicile des femmes ou par téléphone a été réalisé selon le choix personnel des femmes interrogées et le contexte sanitaire. Ainsi, deux échanges se sont déroulés à domicile et cinq par appel téléphonique.

Après 7 entretiens nous avons jugé avoir recueilli suffisamment d'informations riches nécessaires à la réalisation de cette étude.

Les entretiens se sont déroulés entre le 18 novembre 2021 et le 10 janvier 2022. Leurs durées ont varié entre 22 et 41 minutes, pour une moyenne de 30 minutes.

### 2.2. Guide d'entretien

Les échanges avaient pour fil conducteur un guide d'entretien (annexe 1). Il était constitué de questions réparties en 5 thématiques :

- Utilisation des médias pendant la grossesse
- Utilisation des médias en dehors de la grossesse
- Perceptions des effets des médias sur le vécu de leur grossesse
- Echanges avec les professionnels de santé
- Echanges avec leurs entourages

Les questions posées ont été adaptées selon les réponses aléatoires des femmes.

### **2.3. Analyse des données**

La discussion a été enregistrée par un enregistreur vocal. Pour cela, avant de débiter l'entretien, l'accord de la patiente a été recueilli.

L'ensemble de l'échange a ensuite été retranscrit par ordinateur sous format Word (annexe 2).

L'analyse, de nature inductive, s'est effectuée à partir des verbatims issus des retranscriptions. Les verbatims ont été regroupés par catégories pour ensuite définir des thèmes et sous thèmes permettant l'aboutissement des résultats.

### **2.4. Aspect éthique et réglementaire**

L'étude a été présentée à la séance du 3 novembre 2021 du Comité d'Ethique du Centre Hospitalier Universitaire d'Angers. Il a été conclu « qu'après examens des documents transmis, audition des rapports et discussions » que le projet d'étude « ne soulève pas d'interrogation éthique ».

La confidentialité et l'anonymisation des femmes ont été respectées en remplaçant leur prénom par un pseudonyme. Elles ont été informées de cette modalité.

Elles avaient la possibilité d'interrompre l'entretien à tout moment si besoin.

## RESULTATS

### 1. FLOW CHART

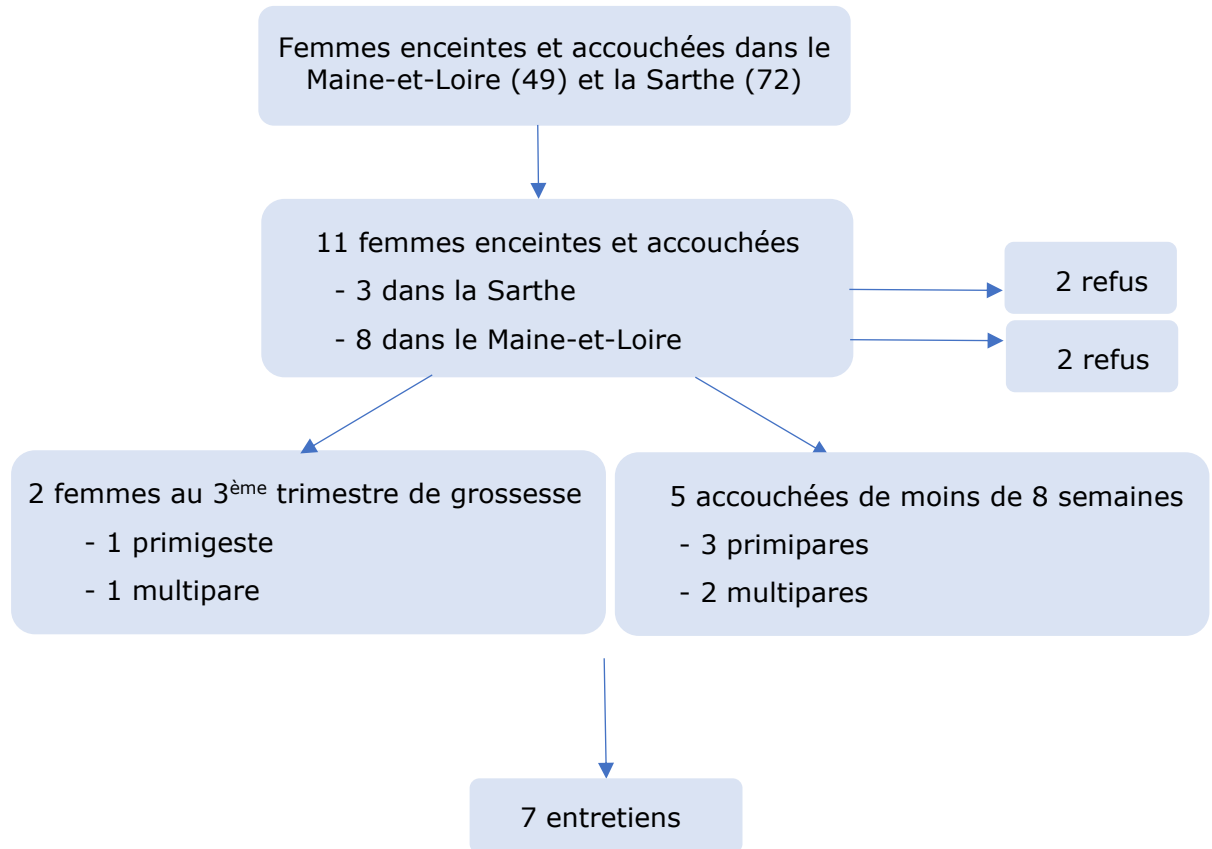


Figure 1 : Flow chart

## 2. LES CARACTERISTIQUES DE LA POPULATION

Tableau 1 : Caractéristiques socio-démographiques de la population

Pseudonyme	Age (ans)	Profession	Niveau d'études	Lieu de résidence
<b>Fanny</b>	31	Assistante commerciale et comptable	Bac +2	Sud-Est (49)
<b>Lucie</b>	31	Chargée clientèle	Bac + 2	Sud-Est (49)
<b>Charlotte</b>	31	Enseignante	Bac +5	Centre (49)
<b>Rose</b>	26	Responsable technique commerciale	Bac + 4	Sud (72)
<b>Vanessa</b>	27	Préparatrice en pharmacie	Bac + 2	Sud-Ouest (49)
<b>Judith</b>	38	Médecin généraliste	Bac + 9	Sud-Est (49)
<b>Julie</b>	28	Coiffeuse	2 ans CAP + 2 ans BP	Centre (49)

Tableau 2 : Caractéristiques obstétricales de la population

Pseudonyme	Gestité et parité (GxPx)	Moment de la grossesse (en SA) ou du post-partum (en semaine)	Type de suivi médical de la grossesse	Type de préparation à l'accouchement
Fanny	G1P1	5 semaines	Gynécologue-obstétricien	Théorique, sophrologie et piscine
Lucie	G3P2	7 semaines	Médecin traitant et gynécologue-obstétricien	Théorique
Charlotte	G1P1	5 semaines	Médecin traitant et gynécologue-obstétricien	Théorique, sophrologie et piscine
Rose	G1P0	29 SA + 2j	Gynécologue	Non défini
Vanessa	G1P1	6 semaines	Sage-femme	Théorique
Judith	G2P2	4 semaines	Sage-femme	Piscine et sophrologie
Julie	G2P1	37 SA	Sage-femme	Théorique, sophrologie et piscine

### 3. UN USAGE IMPORTANT DES MEDIAS

#### 3.1. Un usage fréquent en dehors de la grossesse

Parmi les femmes interrogées, 5 déclaraient que les médias faisaient partie de leur quotidien en dehors de la grossesse. Charlotte confirmait : « *Oui. Oui, c'est vrai que je consulte beaucoup* ». Les réseaux sociaux aussi étaient appréciés : « *Oui, j'aime bien Instagram, Twitter* » exprimait Rose.

Fanny et Judith avaient fait le choix d'utiliser les médias ponctuellement en cas de besoin et de nécessité et non par divertissement. Judith justifiait son choix également par le facteur temps : « *Alors c'est un choix d'une part mais surtout avec deux enfants en bas âge finalement tu n'as plus trop le temps. Donc c'est un peu par nécessité* ».

#### 3.2. Un usage majoré pendant la grossesse

A la question « *utilisez-vous les médias au cours de la grossesse* » : seulement Fanny avait répondu « *Pas du tout, pendant la grossesse j'étais vraiment sur ce que me disais les médecins et obstétriciens* ». Effectivement Fanny avait consulté les médias très rarement et seulement en fin de grossesse.

5 avaient répondu spontanément « *Oui, j'ai téléchargé une application* ».

La majorité avait présenté un usage intensif pendant la grossesse mais avait admis avoir déjà un usage important en dehors. Deux avaient déclaré avoir majoré leur consommation : « *Je pense que je les ai un peu plus consultés, que ce soit Internet, les réseaux ou la télé* » déclare Vanessa, « *Elle est plus importante* » pour Julie.

### **3.2.1. Le téléphone portable, un support de prédilection**

Nous avons relevé que le support le plus utilisé était le téléphone : « *on a notre téléphone tout le temps dans les mains. On a tellement de temps d'attente pour des rendez-vous. Par exemple quand je vais chercher ma fille à l'école, j'attends 10 min dans la voiture. Le téléphone on l'a toujours sur nous comparé à la télé* » exprime Julie.

### **3.2.2. Les sujets recherchés**

Les sujets recherchés à travers tous les médias confondus étaient principalement : le déroulement de la grossesse et l'évolution fœtale : « *l'évolution du bébé* », la puériculture : « *le portage en écharpe* », et l'alimentation chez les femmes enceintes : « *recettes adaptées* ».

### **3.2.3. Les types de médias utilisés**

Toutes avaient téléchargé une application de suivi de grossesse. 6 d'entre elles, notamment Lucie, l'exploitaient dès le début de grossesse : « *j'avais une application que j'avais téléchargée au début de la grossesse* ».

6 d'entre elles avaient effectué des recherches sur Internet. Charlotte expliquait que le net était pour elle une source d'information rapide et complète : « *Internet, on trouve tellement de tout que c'est un peu de la facilité. J'essaie de m'intéresser à beaucoup de choses et je consulte pas mal Internet* ».

Parmi les femmes interrogées, 5 d'entre elles étaient abonnées à des groupes en lien avec la grossesse et la maternité sur Facebook.

4 n'étaient pas attirées par la télévision en dehors de la grossesse : « *à la base je ne suis pas du tout télé donc je ne suis pas du tout attirée par ces choses-là en fait* » déclarait Charlotte et ne l'ont pas été pendant la grossesse. Judith ne possédait pas de télévision. Cependant toutes connaissaient *La Maison des Maternelles*, *Baby-Boom*, *Familles Nombreuses* et *Mamans et célèbres*.

## **4. LES USAGES DES MEDIAS LES PLUS UTILISES**

### **4.1. Les applications de suivi de grossesse**

#### **4.1.1. Un usage précoce et intense**

3 d'entre elles avaient téléchargé une application car leur entourage le recommandait comme l'expliquait Rose notamment : « *on m'en avait parlé parce que j'ai des amies qui ont eu des enfants avant moi et qui m'ont conseillé justement de télécharger l'application parce que c'était toujours intéressant* ». Pour Rose, la gratuité lui avait semblé aussi importante dans les critères de sélection « *la gratuité parce que je ne voulais pas payer tous les mois pour avoir mon suivi* ».

Judith avait déjà une application du fait de son activité professionnelle, qu'elle avait conservée et utilisée pendant sa grossesse « *Alors moi déjà au travail j'ai une application âge gesta que j'utilise beaucoup* ».

La fréquence de consultation était variable selon les femmes mais restait dans la grande majorité fréquente : « *hebdomadaire* » pour Rose, « *tous les jours ou tous les 2 jours* » pour Vanessa, « *beaucoup* » pour Judith, « *très souvent* » selon Julie.

Leur motivation en téléchargeant cette application était pour toutes de « *voir l'évolution* » de leur bébé. La grossesse étant rythmée par des étapes évolutives ; l'application était utilisée comme un repère temporel. Ce fut le cas pour Lucie, Charlotte et Vanessa : « *Ça me permettait de savoir où on en est* », « *on allait voir l'étape où on en était* », « *On pouvait imaginer ce que ça donnait mois après mois* ».

Pour 5 d'entre elles, les critères recherchés étaient les mêmes que ceux que l'on obtient grâce aux échographies : « *l'application me permettait de savoir la grosseur* » déclarait Lucie, « *le bébé est positionné comme ça* » remarquait Charlotte, « *comment mon enfant grandissait dans mon ventre* » pour Vanessa et selon Julie « *permet de voir qu'il fait cette taille* ». L'application permettait à Charlotte de voir « *des photos de comment est positionné bébé dans le ventre* ».

#### **4.1.2. L'indispensable à la construction du bébé imaginaire**

Uniquement Fanny n'avait pas utilisé son application malgré l'avoir téléchargée « *je la regardais jamais* ». Selon elle, le suivi échographique mensuel dont elle bénéficiait lui suffisait : « *avec l'obstétricien on la voyait toutes les 3 semaines donc on voyait comment elle évoluait en direct* ». « *Après si j'aurais pas eu l'écho toutes les 3 semaines, oui je me serais fiée à l'évolution de l'application* ».

L'application montre, comme le définissait Charlotte, « *l'évolution du bébé parce qu'il compare le poids à des aliments, des fruits ou des confiseries.* ». Le fœtus et le comparatif des aliments étaient le même pour toutes les futures mamans qui avaient téléchargé l'application. Il faut toutefois remarquer que 4 d'entre elles avaient utilisé l'adjectif possessif « *mon* » pour désigner leur fœtus qu'elles identifiaient grâce aux paramètres normés de l'application. Elles s'approprièrent et identifiaient une image de leur bébé au travers de critères normés.

#### **4.1.3. Les effets sur le vécu de la grossesse**

L'application avait créé un sentiment de réassurance pour 4 d'entre elles. Celle-ci leur avait permis de se projeter dans les différentes étapes de la grossesse à venir : « *Ça m'a beaucoup rassurée je pense.* », « *aide bien à se préparer et à se projeter* » déclaraient Vanessa et Charlotte.

Deux des femmes interrogées n'avaient pas relevé d'effets particuliers des médias sur leur vécu de grossesse : « *Hum, non je ne crois pas. Je ne crois pas. Après ça m'a plus aidé sur le plan administratif sur les dates de congé maternité. Voilà, c'était plus au niveau administratif mais pas par rapport à mon vécu.* » exprimait Judith.

Uniquement Lucie avait évoqué la possibilité que l'application pouvait procurer de l'angoisse « *ça peut faire paniquer. S'ils disent par exemple qu'au*

*6<sup>ème</sup> mois on doit le sentir bouger et qu'au final on ne le sent pas bouger ça peut être la panique à bord ».*

## 4.2. Internet

### 4.2.1. Internet comme enrichissement palliatif

4 allaient consulter Internet lorsque qu'apparaissait un « *problème particulier* » comme Lucie, une sensation de « *mouvements un peu particuliers* » que ressentait Vanessa, « *une douleur* » pour Judith, pour « *voir si c'était normal* » affirmait Vanessa. Elles étaient à la recherche d'une réponse instantanée à la suite de l'arrivée d'une impression inhabituelle : « *J'allais chercher la réponse au moment où je me posais la question* » expliquait Vanessa.

3 d'entre elles présentaient des facteurs de risques nécessitant la réalisation d'un examen complémentaire. Elles n'avaient pas cherché à se renseigner avant de faire l'examen. C'est seulement à partir du diagnostic de la pathologie que les femmes vont lancer leurs recherches. C'est le cas de Judith lors de la découverte de son diabète gestationnel : « *J'ai dû la faire vers 25 SA mon HGPO donc c'est à ce moment-là que je me suis retrouvée un petit peu plus le nez sur mon écran* ». Tout comme Lucie qui avait « *fait le test pour la trisomie* » : « *J'étais dans une tranche où il a fallu que je fasse une prise de sang complémentaire. Donc j'ai cherché à me renseigner* ». Il en avait été de même pour Julie concernant l'hypertension : « *J'avais une forte tension du coup je voulais savoir quelles étaient les conséquences d'une tension élevée. J'y suis allée aussi quand mes taux étaient très élevés* ».

### 4.2.2. Internet comme source de renseignement

Les autres mamans qui n'avaient pas eu l'apparition d'une pathologie avaient quant à elles regardé des informations concernant : « *les bébés, les pleurs des bébés ou pour les douleurs* » et « *les aliments que je pouvais manger ou pas* » pour Lucie ; « *à quoi ressemblent les coups des bébés* » et « *l'évolution du bébé mois par mois* » pour Charlotte ; « *le déroulement de ma grossesse* » pour Vanessa, « *est-ce que je vais pouvoir accoucher avec mon conjoint ?* » et « *est-ce que je suis obligée de mettre un masque ?* » pour Julie.

### 4.2.3. Des avis opposés

Le site le plus consulté était « *Doctissimo* ». Les autres mentionnés étaient : « *Magazine Féminin* », « *Ameli* », « *CNGOF* », « *1000 premiers jours* » et « *Pampers* ».

Les avis sur la fiabilité de certains sites comme *Doctissimo* étaient partagés. Fanny affirmait que les informations n'étaient pas représentatives de la réalité : « *Doctissimo, j'y crois pas du tout. J'avais lu que tu n'accoucheras pas naturellement, tu auras forcément des points et c'est pas vrai* ». Tandis que Lucie considérait ce site comme étant une source d'information de référence : « *Le mieux c'est Doctissimo où là c'est plus poussé, plus clair et complet* ».

3 avaient consulté des forums. En effet, Judith avait éprouvé le besoin d'aller au-delà des informations théoriques en allant recueillir des retours d'expériences subjectifs : « *je lis un peu les retours d'expérience parce que souvent c'est ce qui permet de savoir ce qui soulage au mieux* ». Lucie et Vanessa étaient restées « *méfiantes* » : « *Il y a un moment où le forum ne peut*



*pas tout guérir et tout répondre. Donc je suis assez méfiante », « Il y avait des forums aussi mais je m'en méfiais toujours ».*

#### **4.2.4. Effets sur le vécu de la grossesse**

Internet avait permis de les rassurer quant aux événements qu'elles rencontraient : *« Ça pu me rassurer sur ce qui m'arrivait »* selon Vanessa.

Pour Charlotte, Internet lui avait généré du stress *« Il y a eu des influences dans le sens où je suis quelqu'un d'assez angoissée donc il y a certains sites comme je vous disais où on va tous mourir et votre bébé va être malade. C'est plus stressant qu'autre chose »*. Elle expliquait cet effet par son état d'anxiété habituel et pré existant. Les différents types de site semblaient aussi avoir une part d'influence : *« Après les sites qui décrivent surtout l'évolution du bébé dans le ventre c'était plus source de renseignements. Ça ne me stressait pas ni rien. C'était plus pour me renseigner »*.

Deux n'avaient pas souhaité utiliser Internet pour se protéger des effets anxiogènes : *« il y avait une chance sur 2 que ça me plomberait le moral »* déclarait Fanny.

Seulement Rose avait déclaré qu'Internet ne lui avait procuré aucun effet sur le vécu sa grossesse : *« Non, c'est juste source de renseignement c'est tout »*.

### **4.3. Les réseaux sociaux : outils de divertissement et de conseils**

#### **4.3.1. Les groupes Facebook**

Fanny, Rose et Judith qui étaient abonnées à des groupes Facebook allaient principalement s'informer sur : *« trouver l'assistante maternelle », « certaines marques de matériels de puéricultures », « des conseils sur tout ce qui est diversification, alimentation du bébé », « diversifier mon alimentation »*.

Rose, Vanessa, Judith et Julie étaient respectivement abonnées aux groupes Facebook suivant : *« Ma poussette »* et *« Béaba »*, *« La boîte rose »*, *« groupe diabète gestationnel »*, et *« concours photo »*.

Si la majorité avait suivi des groupes sur les thèmes qui les intéressaient et qui étaient en lien avec leurs interrogations du moment ; Lucie et Charlotte avaient préféré s'abstenir par *« peur »* : *« j'avais pas de groupe sur Facebook parce que chaque grossesse est différente donc ça peut faire un peu peur. C'est toujours dans le risque que ça peut faire peur. », « Je me disais que j'allais tout prendre à cœur et stresser pour un rien. Donc non je ne les ai pas utilisés »*.

Seulement Judith avait déclaré que le vécu de sa grossesse avait été influencé par Facebook. Ce réseau social lui avait permis de créer un sentiment de soutien et une meilleure alimentation : *« Oui, c'est certain parce que tu te sens moins seule. Le fait aussi de partager des recettes ça influencé clairement le vécu de ma grossesse parce que grâce à ça je cuisinais des choses que je n'avais peut-être pas l'habitude de cuisiner. Ça influencé ma façon de manger donc mon vécu de la grossesse »*.

#### **4.3.2. L'effervescence d'Instagram et des influenceurs**

L'effervescence d'Instagram ces dernières années s'était fait ressentir dans leurs discours : *« j'aime bien Instagram »* exprimait Rose. C'était par cet

intermédiaire qu'elles avaient aperçues de nombreuses influenceuses. Fanny avait suivi « *Jessica Thivenin* ». Elle avait pu s'identifier à elle : « *on a été enceinte en même temps sauf qu'elle a accouché 1 mois avant moi* ». Cela lui avait permis de l'amener sur des pistes de réflexions « *ça me faisait poser des questions sur certains points comme les vergetures, la perte de poids, la prise de poids, le sport.* ». Néanmoins, elle vérifiait la fiabilité de ces placements de produit comme l'huile pour les vergetures : « *ça je peux le faire l'huile de vergeture mais je vais aller vers un professionnel pour avoir le vrai conseil pro* ». C'est d'ailleurs l'inflation des partages de codes promos qui avait repoussé Rose : « *Mais je trouve que c'est beaucoup de partages de produits et de codes promo plutôt que de conseils sur la maternité.* ».

Instagram et les comptes des influenceurs n'étaient pour aucunes, ni un besoin, ni une nécessité : « *je regardais leur compte par curiosité* » selon Vanessa, « *C'est quand je suis sur mon portable et que je tombe dessus, je regarde* » pour Rose.

Trois avaient affirmé qu'Instagram n'avait pas eu d'effet sur le vécu de leur grossesse : « *je ne peux pas dire que ça ait influencé ma grossesse.* » confirmait Judith.

Uniquement Julie avait pu prendre conscience grâce à Instagram que chaque femme enceinte évoluait différemment « *Oui parce qu'on se rend compte que toutes les mamans changent différemment* ».

### 4.3.3. YouTube

2 avaient adopté YouTube comme un outils de divertissement et de bien-être : « *Après sur YouTube j'ai fait régulièrement du Yoga prénatal.* » exprimait Judith. YouTube lui avait apporté un sentiment de bien-être physique : « *ça pour le coup ça m'a aidé dans le vécu de ma grossesse* », « *Dans le bien-être physique, d'avoir conscience de son corps, être dans le contrôle de son corps. J'avais l'impression de rester active par ce biais-là* ».

## 5. LES USAGES DES MEDIAS LES MOINS UTILISES

### 5.1. Les émissions télévisées

#### 5.1.1. La spécificité de *La Maison des Maternelles*

*La Maison des Maternelles* avait suscité un grand engouement auprès de toutes, autant pour sa fiabilité pour Fanny « *C'est des professionnels donc c'est fiable* », que « *leur façon d'aborder les choses.* », puis, « *Les sujets sont variés. Ils sont de bons conseils.* » pour Rose.

#### 5.1.2. La télé-réalité : faits réels ou fabriqués ?

*Familles Nombreuses* et *Mamans et célèbres* étaient pour certaines sources de conseils « *donne des petites idées sur comment se reposer, comment elles elles gèrent leur quotidien avec autant d'enfants* » suggérait Lucie. Cependant Julie et Judith trouvaient que ces émissions de télé réalité diffusaient des faits non représentatifs de la vie réelle « *trouve que ce n'est pas réel* », « *c'est très surfait* ».

### 5.1.3. **Baby-Boom : une source d'angoisse**

Toutes connaissaient *Baby-Boom*. Uniquement Rose voulait regarder mais l'émission n'a pas été diffusée à la télévision au moment de sa grossesse. Elle pensait que cette émission aurait pu lui permettre de confronter son projet de naissance face à la réalité : « *Ils faisaient prendre conscience que bah entre ce qu'on veut et ce qui se passe c'est pas toujours possible* » mais « *ça ne passe plus en ce moment* ».

Une seule avait visionné cette émission. En la regardant Lucie avait développé par la suite des idées angoissantes « *Je trouve que ça fait plus peur qu'autre chose* », « *il y a pleins de questions qui se mettent en route* ».

Fanny, Vanessa, Judith et Julie n'avaient pas souhaité suivre ce programme et avaient utilisé des mots du champ lexical de la « peur » pour justifier leur choix : « *J'avais tellement peur de l'accouchement que je ne voulais pas m'en faire une fixette* », « *En tant que femme enceinte j'avais pas envie de le regarder par peur de ce que j'aurai vu sur l'accouchement.* », « *Je n'ai pas besoin de me rajouter du stress sur des mauvaises expériences sur des gens que je ne connais pas.* », « *Je n'ai pas envie de me mettre une certaine image dans la tête pour mon accouchement* ».

## 5.2. **Presse et radio : des médias qui s'atténuent avec le temps**

Rose et Julie avaient lu le magazine *Parents*. « *Il y a pas mal de thématiques abordées sur tous les âges de 0 à 10.* », « *je me suis abonnée parce que je trouve que c'est une bonne évolution entre la grossesse et puis la suite après l'accouchement.* ». Elles recherchaient des conseils professionnels. Les thèmes qu'elles appréciaient montraient qu'elles avaient pour motivation de se projeter pour l'arrivée du bébé : « *Ça me permet de me projeter* ».

Seulement Charlotte possédait un livre sur le déroulement de la grossesse mais ne l'a pas lu entièrement : « *Sinon j'ai une amie qui m'avait conseillé un livre Bientôt maman. Je l'ai bouquiné un petit peu mais c'est vrai que je ne l'ai pas lu en entier* ». Les sujets qu'elle avait lus étaient centrés sur le développement du fœtus et du nouveau-né « *C'est pareil, il y a toute l'évolution du fœtus et la vie une fois qu'il est né. C'est toujours intéressant de lire ça et de se dire « tiens le bébé commence à entendre des sons »* ».

Uniquement, Judith avait regardé le film *A la vie* d'Aude Pépin, qui relate le quotidien de la sage-femme Chantal Birman. Ce film lui avait ouvert curiosité et réflexion autour du sujet de la maternité « *Ça m'a poussée à aller voir pas mal de vidéos sur YouTube, écouter des podcasts et compagnie* ».

Aucune n'avait écouté de programme radio en lien avec la grossesse.

## 6. **LES ECHANGES AVEC L'ENTOURAGE ET LES PROFESSIONNELS DE SANTE**

### 6.1. **L'entourage**

#### 6.1.1. **A la recherche de récits d'expérience auprès d'amies**

L'entourage, marqué par des femmes ayant déjà vécu l'expérience de la maternité « *des copines qui ont déjà eu des enfants* » énonçait notamment

Fanny, s'était montré comme une source jaillissante d'expériences uniques et personnelles. La majorité « échangeait sur le vécu de chacune ».

Ensemble, elles avaient également échangé sur leur propre usage des médias pendant la grossesse. Charlotte expliquait : « *on avait pas mal de discussions sur « tiens j'ai lu cet article-là ». On se posait des questions « j'ai lu ça il paraît qu'il faut faire ça » ». « On se rend compte que l'on voit les mêmes choses passées et ça nous amène les mêmes réflexions. »* confiait Rose.

### **6.1.2. Faire découvrir la grossesse au monde extérieur**

5 avaient déclaré qu'elles avaient pu partager leur grossesse au monde extérieur grâce aux médias : « *c'est un moment que l'on peut partager avec tout le monde* », « *ça fait découvrir aussi découvrir la grossesse pas forcément qu'aux femmes, ça peut être aux hommes.* » exprimait notamment Lucie. Il en avait été de même pour Julie qui avait partagé les médias avec sa fille aînée : « *Surtout pour ma première fille au moins ça lui permet de voir qu'il fait cette taille* ».

### **6.1.3. L'inclusion des pères**

Pour Lucie, Rose et Vanessa, les médias avaient aussi pour rôle d'inclure les futurs papas dans le processus de grossesse « *Je trouve que de médiatiser tout ça, ça peut permettre plus d'accompagner les papas à être dans la grossesse à se rendre compte de ce que la maman vit, ce que le bébé vit, ce que l'autre enfant vit et de relativiser sur le fait qu'il peut s'inclure dans le schéma de grossesse différemment mais il peut quand même s'inclure.* », « *Vous voyez mon conjoint je lui fais voir l'évolution du bébé parce que lui s'en rend moins compte que nous* », « *Ça lui a permis de s'investir encore plus dans la grossesse.* ».

Un futur père avait d'ailleurs éprouvé le besoin de télécharger l'application de suivi de grossesse : « *Lui il l'a aussi sur son téléphone* » confiait Julie.

Le conjoint de Charlotte avait aussi joué le rôle de vérifier l'exactitude et de rationner la valeur des propos trouvés par leur compagne : « *Il me demande comment j'ai eu les infos* », « *Mon conjoint me disait « arrête de lire tout ça ». Je me méfiais encore plus* ».

### **6.1.4. Les transmissions transgénérationnelles**

Dans les cas de Lucie et Julie, leurs mamans ou belles mamans se renseignaient sur Internet pour leur fille enceinte : « *J'ai ma belle-mère qui va beaucoup voir comme ça. Et elle va me dire « tu vois c'est peut-être ça ou alors là » », « ma maman étant dans le médical, a été voir sur Internet. C'est elle qui m'a dit « bah si, va voir ça peut être grave, fait attention quand même » ».*

Pour Judith, les changements de recommandation font qu'elle ne pouvait plus se baser entièrement sur le discours de sa maman : « *On sait que les recommandations que ce soit par la grossesse ou le post-partum que la façon de s'occuper des bébés les recommandations elles changent tout le temps.* ». Rose y avait été confrontée et cela lui avait porté confusion au sujet des tours de lit « *Elle m'a juste dit qu'à l'époque ils en mettaient tous. Je ne sais pas quelle est la bonne information.* ». Selon sa maman, la génération actuelle est celle d'Internet, qu'il n'y avait pas avant : « *« oh là là tu as tout ça sur Internet, nous on avait pas tout ça » », Globalement elle me dit que « vous êtes plus renseignées que nous à notre époque » ».*

## 6.2. Les professionnels de santé : La confiance en leur savoir

### 6.2.1. Une relation de confiance persistante

Parmi les femmes interrogées 5 avaient bénéficié de cours de préparation à la naissance et à la parentalité dans leur totalité, Julie n'avait pas encore fini tout le programme et Rose n'avait pas encore commencé. Toutes avaient ou allaient suivre des cours donnés par des sage-femmes libérales ou hospitalières. Le ressenti de Lucie suite à ces enseignements était partagé avec toutes : *« Elles sont vraiment professionnelles et j'ai pas eu besoin d'aller chercher des informations autres part. Elles ont été assez complètes et je leur fait confiance aussi »*.

Elles avaient considéré que la place des gynécologue-obstétriciens, médecins et sages-femmes était au-dessus de celle des médias : *« de toute façon ce ne sont pas des professionnels de santé souvent sur Internet donc ce que je me dis c'est que le plus à même c'est celui qui connaît son travail »* selon Lucie. Elles avaient estimé que les professionnels de santé étaient ceux qui leur apporteraient la bonne réponse : *« A la fin, je vivais ma grossesse et tant que les professionnels me disaient que tout allait bien c'est que tout allait bien »* expliquait Charlotte.

Le lien de confiance entre soignant et soigné était profondément ancré : *« Il valait mieux que je leur fasse confiance à eux qu'à Internet »* selon Charlotte, *« Je pense que c'est bien de se laisser guider un peu par la personne qui suit notre grossesse en qui on a confiance en l'occurrence pour moi la sage-femme plutôt que de me perdre trop dans des dialectes pas adaptés »* déclarait Judith.

### 6.2.2. L'attitude préventive des professionnels de santé

Deux professionnels de santé avaient abordé le sujet des médias spécifiques à la grossesse au cours du leur suivi.

Les discours des professionnels face à l'utilisation des médias au cours de la grossesse qu'énuméraient Charlotte et Julie étaient basés sur des messages préventifs : *« Il m'avait dit « faut arrêter ça » », « elle m'avait dit qu'il fallait vraiment nous méfier des médias », « Elle m'a dit justement « fais attention tout n'est pas bon à prendre » »*.

## 7. L'ÉVOLUTION DES RECHERCHES AU COURS DE LA GROSSESSE

Il n'a pas été retrouvé de temporalité entre les thèmes de recherches et le terme de la grossesse.

Pour Rose et Judith, leur consommation n'avait pas évolué *« Cela n'a pas évolué au cours de la grossesse non »*.

Fanny avait seulement consulté les médias en fin de grossesse : *« sur comment faire, comment gérer les pleurs, changer des couches, les dosages des biberons »*. Au contraire Lucie avait utilisé les médias surtout au début : *« J'ai plus consulté au début. Au début pour les petites douleurs ligamentaires »*.

Charlotte, Vanessa et Julie exposaient la même temporalité. Leurs recherches suivaient l'évolution constante de leur grossesse : les maux de

grossesse, l'évolution du stade de leur fœtus, l'accouchement et le post partum : *« Je ne regardais pas forcément les mêmes informations parce que je regardais celles qui concernaient le stade de mon bébé, où j'en étais en fait. Forcément mes informations évoluaient au fur et à mesure que j'avancais dans ma grossesse. Au départ, je me projetais plus sur l'évolution de mon bébé et au fur et à mesure on se projette plus sur « quelle va être notre vie de parents quand j'aurai accouché » ou sur « comment se passe l'accouchement » ».*

## **8. LES USAGES DES MEDIAS CHEZ LES MULTIPARES**

### **8.1. Les nouveaux symptômes**

Toutes les multipares s'étaient interrogées sur les symptômes ou les problèmes qu'elles n'avaient pas connus pour leur première grossesse : *« Moi j'avais beaucoup de douleurs ligamentaires. J'en avais pas eues pour ma première grossesse et c'est vrai que je m'inquiétais un petit peu », « c'est vrai que dans ce cas précis je suis allée voir sur Internet », « par rapport aux douleurs de la symphyse pubienne que je n'avais pas eues par rapport à ma première grossesse j'ai été amenée à venir regarder un peu sur Internet »* déclaraient Lucie et Judith.

### **8.2. Impact de la précédente expérience**

Pour toutes, l'impact du précédent vécu de grossesse et d'accouchement sur la grossesse actuelle était intervenu dans leur façon de consulter les médias. Lucie confiait à ce sujet : *« Pour ma deuxième, ce qui s'est passé c'est que j'avais déjà fait la fausse couche juste avant. », « Le moindre signe comme les douleurs ligamentaires m'inquiétait un petit peu plus donc j'allais un peu plus consulter les médias ».*

### **8.3. Une projection vers une expérience à renouveler**

L'ensemble des multipares s'était projeté de manière différente comparé à leur première grossesse. *« j'ai pu m'identifier à certains témoignages sur pendant la grossesse et après la grossesse aussi parce quand on a une deuxième grossesse on se projette différemment », « la première grossesse on découvre sans savoir les risques de quoi que ce soit. La deuxième on connaît les risques qu'on a vécus à la première »* selon Julie. Elles n'étaient plus dans l'inconnu et ne craignaient pas de se renseigner et de recueillir des retours d'expériences. Cependant, dans leur discours aucune différence entre les sujets consultés par les primipares et les multipares n'a été observée. Lucie et Julie s'étaient renseignées, comme les primipares sur l'évolution de leur bébé mois après mois et la puériculture.

2/3 s'étaient renseignées sur les médias plus fréquemment qu'à leur première grossesse. *« je les consulte beaucoup plus en fréquence ».*

Les primipares avançaient dans l'inconnu contrairement aux multipares *« quand il s'agit d'une première grossesse on va vite se faire peur »* affirmait Charlotte. Fanny avait confirmé : *« là c'était ma 1<sup>ère</sup> grossesse, après pour une 2<sup>ème</sup> je pense que ce sera différent » « Je pense que j'irai plus voir en comparant avec ce que j'ai vécu, là j'irai plus facilement sur Internet. ».*



## 9. LA MEDIATISATION DE LA GROSSESSE : DES AVIS DIVERGENTS

La fiabilité des informations exposées avait été remise en question par Fanny et Charlotte : « *tu te demandes s'ils sont vraiment fiables ou pas* ». « *Tout n'est pas vrai.* ». Fanny avait employé l'adjectif « *compliqué* » pour définir la médiatisation de la grossesse. Toutes avaient évoqué le besoin « *de prendre du recul et de ne pas écouter n'importe quoi* » et de « *savoir faire la part des choses* ».

Des hypothèses sur les risques que pouvaient avoir la diffusion d'informations sur le déroulement de la grossesse avaient été émises par Lucie : « *peut-être que ça peut faire prendre certains risques à certaines personnes qui n'auraient pas pu se faire si elles avaient pas écouté des émissions, lu des articles ou des forums.* ». Deux autres ressentait un sentiment d'insécurité pour elle et leur enfant à venir « *ça peut être dangereux finalement pour notre vécu à nous et la vie du bébé enfin de nous deux, ça se rejoint.* » exprimait Lucie.

Fanny justifiait sa non-utilisation des médias par l'apport de stress qu'aurait pu lui transmettre les médias : « *je pense sincèrement que j'aurai été influencée ou alors j'allais cogiter ou alors me remettre en question sur ce que moi je ressentais où je pensais.* ».

Toutefois, toutes avaient relevé des bénéfices, que ce soit par l'utilité, le partage et la richesse du nombre de leurs informations divulguées, « *ça peut permettre de savoir quand est-ce qu'on part à la clinique, savoir reconnaître une contraction.* » selon Lucie, « *Je trouve ça chouette parce que du coup c'est un moment que l'on peut partager avec tout le monde* » pour Julie. Pour deux d'entre elle, les médias leur avaient permis de vivre leur grossesse plus paisiblement : « *Ça été rassurant pour moi. Ça pu répondre à mes questions et de vivre ma grossesse un peu plus sereinement.* » pour Vanessa.

Judith avait évoqué le fait que la grossesse était un sujet qui concerne tout le monde et qui méritait d'être mis en avant : « *la maternité c'est tellement magique que l'on devrait parler que de ça* ».

Pour seulement Rose, les médias n'avaient eu aucun effet sur le vécu de sa grossesse. « *Pour moi il n'y a pas eu d'influence positive ou négative* ». Selon elle, l'absence de complication dans le déroulement de sa grossesse et sa nature calme et apaisé expliquaient pourquoi elle n'avait pas été influencée : « *Je ne suis pas anxieuse, ça se passe bien donc ça ne m'influence pas dans ma façon de penser ou quoi. Après si j'avais des complications peut-être mais là vu que ça se passe très bien pour moi, les médias c'est juste de la consultation* ».

## DISCUSSION

### 1. INTERETS, BIAIS ET LIMITES DE L'ETUDE

#### 1.1. Intérêts

Les entretiens ont été menés dans un cadre bienveillant et libre permettant un recueil d'éléments en profondeur et détaillés.

Les profils interrogés étaient variés avec un nombre de primipares et de multipares quasi équivalent, des catégories socio-professionnelles différentes allant du CAP au Doctorat et des suivis médicaux divers.

#### 1.2. Biais et limites

L'étude comportait un biais de mémoire puisque nous demandions aux femmes de témoigner sur des faits antérieurs remontant à leur début de grossesse. Pour certaines ayant déjà accouchées, les événements étaient plus lointains que celles encore enceintes au moment de l'entretien.

Les réponses spontanées des femmes interrogées ont pu être influencées par le fait que les entretiens aient été enregistrés.

Mener des entretiens semi-directifs était notre première expérience de la sorte, notre expression a pu aussi avoir un effet sur le déroulement des discussions.

La crise actuelle de la Covid 19 ne nous a pas permis de réaliser l'ensemble des entretiens en présentiel.

### 2. PLUSIEURS SOURCES DE RENSEIGNEMENTS

Notre étude mettait en avant 3 moyens permettant aux femmes enceintes de trouver des réponses à leurs questionnements concernant la grossesse : les professionnels de santé, les médias et l'entourage. Nous retrouvons ceci dans une étude quantitative d'un mémoire d'étudiante sage-femme en 2019, qui montre que 58,5% des femmes s'adressent à leur professionnel de santé référent pour répondre à leurs interrogations d'avis médical, internet pour 38,2% d'entre elles, suivi par l'entourage pour 9,5%(18).

#### 2.1. Un lien de confiance avec les professionnels de santé

Les femmes que nous avons interrogées entretenaient un lien de confiance avec les professionnels référents de leur suivi de grossesse. Elles les considéraient comme la source d'information la plus fiable et la plus adaptée à leurs demandes. Les parturientes ne cherchaient pas à remettre en cause les réponses des professionnels. En effet, même si l'ensemble des médias permet de contrôler et de contester ce que transmettent les gynécologues, médecins ou sages-femmes, les femmes n'ont pas l'intention de confronter les savoirs des professionnels face aux médias.

Si certains professionnels de santé abordaient le sujet de l'utilisation des médias pendant la grossesse, tous mettaient en garde leur patiente vis-à-vis de cette pratique. Aucun n'a d'ailleurs orienté l'une d'entre elles vers un média,



ni conseillé un site Internet certifié et fiable. Pourtant, la FFRSP a mis en ligne une fiche pratique, mise à jour en juin 2021, énumérant les sites Internet de qualité en lien avec la grossesse(19). De plus, en relation avec l'OMS, la fondation HON accorde une certification de conformité aux créateurs de sites et d'applications de santé en ligne. Cette fondation assure une navigation en toute confiance et sécurisée auprès des utilisateurs(20).

Dans notre étude, les cours de préparation à la naissance et à la parentalité avaient suscité un grand engouement auprès de toutes. Le rapport périnatal de 2016 de l'INSEE montre que 77,9% des primipares avaient participé à des cours(21). C'est pour certaines une façon de recueillir un maximum de renseignements théoriques nécessaires à la compréhension des changements physiques et corporels. Pour d'autres, c'est aussi par le biais de méthodes douces, comme la sophrologie ou la piscine, d'appréhender sereinement le jour de l'accouchement.

## **2.2. Une société consommatrice des médias**

Malgré cette relation de confiance entre les parturientes et les professionnels, nous avons tout de même relevé un usage intensif des médias pendant la grossesse. Nous pourrions expliquer cela par le fait que contrairement aux professionnels, les médias ont l'avantage d'être à portée de main. Ils peuvent répondre à des interrogations au moment où la question émerge. Ils sont facile d'utilisation et assurent une réponse immédiate. Nous vivons dans une société connectée où les écrans sont devenus un réel passe-temps qui comble l'ennui. La preuve, dans notre étude, seulement une des femmes ne les a pas utilisés pendant la grossesse.

## **2.3. Vers une diminution des transmissions transgénérationnelles**

Dans notre étude, nous avons remarqué que les femmes interrogées ne se tournaient pas vers leurs figures maternelles mais plutôt vers leurs amies. Il semblerait que l'évolution des générations vers des générations connectées ne favorise plus la transmission de savoirs transgénérationnels. L'évolution des recommandations médicales et des pratiques actuelles pourraient aussi expliquer ce phénomène.

# **3. UN USAGE INTENSIF DES MEDIAS PENDANT LA GROSSESSE**

Nous retrouvons comme principaux sujets de recherches sur Internet : le développement fœtal, les étapes du déroulement de la grossesse et la puériculture. Nos résultats sont en accord avec l'étude qualitative citée précédemment réalisé en 2019 dans laquelle les sujets les plus recherchés sur Internet étaient le développement fœtal, les démarches administratives et la puériculture(18). Un sujet d'actualité s'est rajouté dans notre étude : celui des conditions d'accouchement et de séjour à la maternité liés à la crise sanitaire actuelle.

Nous remarquons que l'accouchement ne figurait pas comme un élément principal de leurs interrogations. L'accouchement était un sujet qu'elles avaient abordé seulement par le biais de l'émission *Baby-Boom*. Elles n'avaient pas envie de regarder cette émission par peur de s'y projeter, d'anticiper ou d'imaginer un scénario de leur propre accouchement. Elles avaient conscience

de l'impact néfaste qu'aurait pu avoir cette émission donc elles n'avaient pas pris le risque de la visionner. Seule Rose avait pour ambition de comprendre les différentes possibilités et les différents scénarios possibles du déroulement d'un accouchement.

#### **4. LES APPLICATIONS DE SUIVI DE GROSSESSE**

Les applications de suivi de grossesse étaient le média le plus utilisé par les femmes interrogées. Ce résultat pourrait s'expliquer par l'expansion rapide de l'ensemble des téléchargements des applications sur les smartphones. Depuis 2016, nous observons une hausse de 63% des téléchargements pour atteindre 230 milliards d'applications téléchargées dans le monde en 2021(22).

Dans notre étude, l'application la plus utilisée était *Grossesse +*. Ce qui est cohérent avec les chiffres actuels de 2022 qui montrent qu'elle a été téléchargée par plus de 50 millions de futurs parents(7). L'installation de cette application sur smartphone est gratuite. Seules quelques options payantes comme le minuteur pour chronométrer les contractions, le compteur des mouvements et des coups du bébé sont proposées. Pourtant, dans ce monde capitaliste nous pouvons nous interroger sur le financement de cette application. De nombreuses publicités, les partenariats et la collecte des données pourraient être la source de revenue.

De ce fait, il serait important d'informer les professionnels de santé de l'usage intensif de ces applications chez leurs patientes pour envisager une démarche éthique en adressant un message préventif aux femmes enceintes.

#### **5. DE MULTIPLES EFFETS PERÇUS COMME POSITIFS**

Les effets des médias sur le vécu de la grossesse étaient dépendants du type de média.

L'étude mettait en avant des effets bénéfiques en termes d'émotion, de réassurance. Les médias répandaient une atmosphère de sécurité permettant d'avancer sereinement dans les étapes de transformations que représente la grossesse. Certains avaient même permis d'éclairer des prises de décisions, orienter dans les choix d'équipements de puéricultures ou d'alimentation. Les effets d'Internet étaient similaires à une étude datant de 2013(23). Internet a pu jouer un rôle rassurant auprès des femmes enceintes pour la majorité. La Toile a permis en majorité aux parturientes de se projeter dans l'avancée de leur grossesse et de l'arrivée de leur bébé.

Cependant, les médias avaient pu aussi générer du stress, des angoisses, des doutes. Elles expliquaient cela par un état d'anxiété déjà présent avant la grossesse qui aurait été majoré par les médias. La nature émotionnelle ainsi que le déroulement de la grossesse semblaient avoir un impact sur les effets des médias. En effet, une seule avait affirmé qu'aucun des médias n'avait eu des effets sur son vécu grâce à sa capacité antérieure à gérer ses émotions et le déroulement normal de sa grossesse.

D'autres avaient déclaré que certains médias n'avaient pas d'influence. Les médias étaient perçus comme source de renseignement, de conseils ou encore un divertissement éveillant la curiosité.

Les femmes interrogées avaient conscience autant des effets positifs que négatifs que pourraient leur procurer les médias. Une partie d'entre elles avait décidé de ne pas utiliser certains médias pour se protéger de leurs potentiels effets néfastes. L'usage des médias est complexe et demande une capacité à

anticiper les potentiels effets. Savoir prendre du recul et sélectionner les médias semble nécessaire.

## 6. LA CONSTRUCTION DU BEBE IMAGINAIRE

Dans la littérature, le développement du bébé imaginaire est défini comme étant un processus psychique qui se développe à partir de l'enfance, au cours de la grossesse et jusqu'à la naissance du bébé. Ce processus, nécessaire au bon fonctionnement des futurs parents, permet de s'imaginer le bébé de ses fantasmes(24). Comme relevé dans notre étude, les échographies et les applications de suivi de grossesse contribueraient à la construction de ce bébé imaginaire. L'application *Grossesse +* propose d'ailleurs de sélectionner parmi 5 fœtus, aux caractéristiques physiques différentes, celui que l'on souhaite voir évoluer au travers d'images en 3D et d'échographies semaine après semaine.

Le vécu de la grossesse chez le futur père est externe. Les mouvements fœtaux sont perceptibles par les pères qu'à partir du 2<sup>ème</sup> trimestre. Les transformations physiques de leur femme et les échographies sont les seuls paramètres qui sont accessibles pour lui. Nous avons confirmation que des éléments sont nécessaires à l'investissement du futur père dans la grossesse et la construction du bébé imaginaire. La contribution des médias à l'investissement des papas dans le déroulement de la grossesse de notre étude était donc cohérente.

La conquête à la construction du bébé imaginaire chez les femmes enceintes semble aussi indispensable depuis des générations. Les sujets de recherche permettant sa construction comme « *l'évolution de mon bébé mois par mois* » sont des sujets relevés dans notre étude que nous retrouvons dans l'édition de 1964(25), 1993(26) et 2022(27) du livre *J'attends un enfant* de Laurence Pernoud. La première édition est parue en 1956 et a tout de suite connu un grand succès. Depuis, chaque année, une nouvelle édition est proposée. La phrase d'accroche de ce livre n°1 des ventes auprès des futurs parents est d'ailleurs « *Les réponses d'aujourd'hui aux questions de toujours* ». Les thèmes abordés restent les mêmes mais s'adaptent aux recommandations médicales, à l'évolution de la société et de la famille actuelle. Finalement, ce ne sont pas les besoins des femmes qui se sont majorés mais c'est le support de recherche qui a évolué avec l'apparition des médias connectés. Effectivement, dans notre étude uniquement Charlotte avait lu un livre.

## CONCLUSION

Il ressort de cette étude un usage intensif des médias pendant la grossesse. Nous avons relevé 3 types de médias fréquemment utilisés : les applications de suivi de grossesse, Internet et les réseaux sociaux.

La conquête inconsciente à la construction du bébé imaginaire expliquerait en grande partie la flambée des téléchargements des applications de suivi de grossesse. Comprendre les changements physiques, être dans la maîtrise de l'évolution des différentes étapes de la grossesse et anticiper l'arrivée du bébé étaient les motivations principales à la consommation des médias chez les femmes interrogées dans notre étude.

Les résultats ont montré que les effets des médias étaient dépendants du média fréquenté, de la physiologie du déroulement de la grossesse, des informations recherchées et de la capacité des femmes à prendre du recul sur les informations divulguées. Nous avons notifié des effets sur les émotions ressenties. Des effets sur les prises de décision et l'alimentation avaient aussi été observés. En aucun cas les médias avaient eu un effet sur le déroulement médical de la grossesse.

Elargir l'étude à d'autres populations pourrait être intéressant à étudier, comme les grossesses chez les mineures par exemple. La population jeune est la population qui consomme le plus les médias. Nous pourrions supposer que la capacité des adolescentes à tenir une distance critique envers les médias serait immature les rendant encore plus influençables face aux informations divulguées.

Interroger les gynécologues, médecins et sages-femmes sur leur vision vis-à-vis de l'utilisation des médias chez les femmes enceintes serait pertinent. Cela permettrait d'identifier leur point de vue et de comprendre la place des professionnels de santé dans ce monde connecté.

La réalisation de ce travail de recherche nous a permis de prendre conscience de l'importante consommation des médias chez les femmes enceintes. Il reste cependant un monde à explorer, celui du capitalisme. Les médias choisissent leurs propres scénarios, organisent des placements de produits, des sponsorisations, des publicités. Il serait important, en tant que professionnel de santé, d'envisager une démarche éthique afin de savoir comment sensibiliser les femmes faces à ces dimensions mercantiles des médias.

## ANNEXES

### **ANNEXE 1 : GUIDE D'ENTRETIEN**

1. Utilisation des médias pendant la grossesse
  - Consultez-vous les médias relatifs à la grossesse depuis que vous êtes enceinte ?
  - Quels sont les médias que vous utilisez ?
  - Quelles informations allez-vous rechercher ?
  - Est-ce que votre consommation des médias a évolué au cours de la grossesse ?
  - Quel regard portez-vous sur la médiatisation de la grossesse ?
2. Utilisation des médias en dehors de la grossesse
  - Utilisez-vous les médias (non relatifs à la grossesse) en dehors de votre grossesse ?
  - Quel est votre rapport vis-à-vis des médias en général ?
  - Avez-vous des réseaux sociaux ?
3. Perceptions subjectives
  - Pensez-vous que les médias liés à la grossesse exercent une influence sur le vécu de votre grossesse ?
  - Est-ce que vous êtes abonnée à des influenceurs ? Quelles conséquences ont pu avoir les influenceurs sur votre grossesse ?
  - Si multipare : En comparaison avec votre/vos grossesse(s) précédente(s), votre consommation des médias, en lien avec la grossesse, a-t-elle évolué ?
4. Echanges avec les professionnels de santé
  - Avez-vous déjà échangé avec des professionnels de santé au sujet de l'utilisation des médias pendant la grossesse ? Si oui, avec quel(s) professionnel(s) ?
  - Avez-vous fait des cours de préparation à la naissance ?
5. Echanges avec les proches
  - Avez-vous déjà échangé avec vos proches au sujet des médias pendant la grossesse ?
  - Avez-vous consulté les médias relatifs à la grossesse en présence de vos proches ?

## ANNEXE 2 : ENTRETIEN SEMI-DIRECTIF

Pour des raisons pratiques, un seul entretien se trouve ci-dessous. Les six autres entretiens retranscrits sont disponibles.

### Entretien Lucie

- Est-ce que vous avez utilisé des médias pendant la grossesse ?

- Oui j'avais une application que j'avais téléchargée au début de la grossesse. Elle permettait de suivre mon bébé, à peu près parce que c'est vrai que lorsqu'on va juste à la clinique faire des échos, j'étais pas suivi par une gynécologue tous les mois enfaite donc j'avais une échographie que tous les 3 mois à peu près. Et l'application me permettait de savoir la grosseur, quand est-ce que je pouvais commencer à le sentir bouger ou des choses comme ça. Après tout est relatif parce que ça peut faire paniquer. S'ils disent par exemple qu'au 6<sup>ème</sup> mois on doit le sentir bouger et qu'au final on ne le sent pas bouger ça peut être la panique à bord. Mais moi ça m'a pas mal aidée pour l'avancée de mes deux grossesses. Ça me permettait de savoir où on en est. Après tout ce qui est réseaux sociaux, tout ça, je n'avais pas grand-chose.

- D'accord. Et des groupes sur Facebook par exemple ?

- Non j'avais pas de groupe sur Facebook parce que chaque grossesse est différente donc ça peut faire un peu peur. C'est toujours dans le risque que ça peut faire peur. Après j'ai eu beaucoup de personne autour de moi qui ont eu des enfants avant moi donc c'est vrai que tout le monde raconte son histoire. Il y a donc des histoires qui font peur, d'autres qui font moins peur, il y en a où ça c'était bien passée et d'autre où c'était plus compliqué. Donc c'est vrai que moi je suis sur les réseaux sociaux. Je suis sur Facebook, Instagram, j'ai pas mal d'appli. Mais c'est vrai que je préférerais être plus en retrait là-dessus parce qu'il y a tellement de choses qui se passent sur une grossesse aujourd'hui qu'enfaite chaque cas est unique. Si j'avais un problème particulier j'allais voir sur internet des avis pour me faire mon propre avis. Là avant cette grossesse ci, j'ai fait une fausse couche. Ça m'a permis moi de détecter qu'il y avait un problème. C'est le fait de regarder sur Internet et de me dire que c'est peut-être pas normal donc là j'ai appelé mon médecin et après on a fait les examens nécessaires avec lui. Ça m'a donc permis d'avoir un premier jugement mais il ne faut pas tout prendre au 1<sup>er</sup> degré et c'est là où est le souci.

- Vous pensez qu'il faut garder une distance ?

- Oui c'est ça parce que de toute façon ce ne sont pas des professionnels de santé souvent sur Internet donc ce que je me dis c'est que le plus à même c'est celui qui connaît son travail. Pour l'après grossesse aussi je regarde, plutôt que de paniquer pour rien, je regarde s'il n'y a pas quelque chose en amont à faire avec les 2/3 symptômes qu'il y a et si vraiment ça se complique un peu plus et bah là on va chez le médecin.

- Quand vous alliez chez le médecin parce justement vous aviez constaté qu'il y avait quelque chose qui n'allait pas est-ce que vous lui avez dit que vous aviez consulté internet avant ?

- Oui ça pu m'arriver de le dire que j'ai regardé su Internet mais sans dire je pense que c'est ça. C'est-à-dire que je regarde avant sur internet ce que j'aurai pu faire ou prendre comme médicament et après je consulte vraiment si je constate que ce n'est pas ce qu'il faut. Par contre je ne donne pas de médicaments sans avoir l'avis du médecin. Ça me fait penser aussi pour l'accouchement les réseaux ça peut être aussi pas mal car sans voir le déroulé d'un accouchement, ça peut permettre de savoir quand est-ce qu'on part à la

clinique, savoir reconnaître une contraction. J'avais pris des cours à la clinique donc j'avais pas mal d'avance mais c'est vrai qu'on se demande c'est au bout de combien de temps que je dois y aller, au bout de combien de contractions. Ça permet donc d'avoir 2/3 petites infos sans aller non plus sans aller dans l'excès que je crois tout ce qu'internet dit parce que ça peut être dangereux finalement pour notre vécu à nous et la vie du bébé enfin de nous deux, ça se rejoint.

- Comment se sont passés vos cours de prépa ?

- En cours de prépa, surtout la 2<sup>ème</sup> sage-femme que j'ai eu était vraiment super, on a des cours sur l'avant, le pendant et l'après. C'est bien, parce que sur l'après moi j'ai des amies elles ont pas eu le cours sur ce qui se passait après donc c'est-à-dire le sang, les douleurs abdominales, la rééducation, les douleurs dans le dos tout ça. Elles étaient pas préparées alors que moi sur les deux préparations que j'ai faite à la clinique et c'est pour ça que j'ai bien aimé, vu que c'est des sages-femmes qui sont de la clinique et bien voilà elles connaissent leur travail par cœur. Elles sont vraiment professionnelles et j'ai pas eu besoin d'aller chercher des informations autres part. Elles ont été assez complètes et je leur fait confiance aussi. Et même elles ne nous dirigent pas vers les réseaux sociaux plus que ça.

- Vous disiez que vous avez été plus sur Internet, est-ce que vous vous souvenez des sites que vous avez consultés ?

- Il y a Doctissimo et Magazine féminin aussi qui fait beaucoup d'article sur les bébés, les pleurs des bébés ou pour les douleurs aussi. Moi j'avais beaucoup de douleurs ligamentaires. J'en avais pas eues pour ma première grossesse et c'est vrai que je m'inquiétais un petit peu et donc j'avais très mal, j'étais pliée en deux à pas pouvoir marcher et c'est vrai que dans ce cas précis je suis allée voir sur Internet où je suis tombée sur le Magazine Féminin et Doctissimo. En tapant 2/3 symptômes ça répond dans un premier temps à ce que ça peut être et comment soulager. Après j'ai redemandé confirmation à la sage-femme et c'était bien ça. Le mieux c'est Doctissimo où là c'est plus poussé, plus claire et complet. Wikipédia par contre non j'y vais.

- Pourquoi vous n'allez pas sur Wikipédia ?

- Ce qui est bien dans Doctissimo c'est que normalement ça reste des informations professionnelles même si on a pas la réponse et qu'on peut pas trop se fier non plus. On a déjà un début d'information qui est normalement réelle. Wikipédia et les sites qui ne sont pas vérifiés et bien c'est des personnes classiques, comme vous et moi qui émettons des informations alors que ça se trouve ça n'a rien à voir avec le sujet en question.

- Est-ce que ces sites ont pour vous eus un effet sur le vécu de votre grossesse ?

- Oui dans un premier temps ça m'a rassurée et après si le mal dure dans le temps, on consulte mais dans un premier temps ça permet de soulager et de se dire que peut-être c'est que ça. Il faut attendre que ça passe et puis si ça ne passe pas il faut consulter. Des fois je tombais sur des forums et il y a des personnes qui répondaient qu'il fallait aller consulter. Il y a un moment où le forum ne peut pas tout guérir et tout répondre. Donc je suis assez méfiante. Avant de se fier aux réseaux sociaux et Internet il faut vraiment des sites qui soient validés par des professionnels, ça serait l'idéal. Ce qui serait bien se serait des sites dédiés où des professionnels puissent répondre en direct. Je sais qu'avec ma mutuelle je l'ai ça. 7j/7, 24h/24. Si j'ai un problème, plutôt que de courir aux urgences, je peux déjà dans un premier temps envoyer un message où appeler et je sais que c'est un professionnel de santé qui va me répondre et s'il le faut je sais qu'il va me rediriger aux urgences ou me donner



une ordonnance pour du Doliprane ou autres. C'est vrai que je trouve que ce principe-là est super. Ça évite d'encombrer les urgences ou les médecins pour rien, surtout en ce moment avec le contexte sanitaire.

- Et à la télé est-ce que vous avez regardé des émissions ?

- Pas du tout, parce que je trouve que c'est une chose où c'est du personnel. Surtout dans l'accouchement ou dans la grossesse. Chaque grossesse est différente, chaque accouchement est différent. De voir des images comme ça à la télé je trouve ça très choquant. C'est vraiment quelque chose qui est personnel.

- Qu'est ce qui a pu être choquant ?

- Il suffit qu'il y ait un moment où ça se passe mal. On entend plus d'accouchement qui se passe mal malheureusement que d'autres qui se passent très bien. C'est vrai que moi dans mon entourage je l'entends. On est 4/5 à avoir accouchées en l'espace de 2 mois. Moi, tout c'est très bien passé. C'était l'accouchement idéal. Et d'autres à l'opposé ça c'est très mal passé, ça c'est fini en césarienne. Donc enfaite celui qui n'a pas eu d'enfant il vaut mieux qu'il demande à moi comment ça c'est passé pour être rassuré que de demander à mon autre copine où ça c'est pas du tout bien passé. Tout est relatif.

- Vous aviez regardé *Baby-Boom* pendant la grossesse ?

- Oui en fait je suis tombée dessus par hasard vu qu'on a pas grand chose à faire quand on est à la fin. Je trouve que ça fait plus peur qu'autre chose. En me disant oh lala mais si ça se passe comme ça pour moi, ou si c'est aussi long. Et puis là il y a pleins de questions qui se mettent en route et puis finalement on peut ne pas avoir du tout le même accouchement déjà que le premier enfant. Moi j'ai pas du tout eu le même accouchement. Et puis faut attendre. Moi je suis pour le fait de se dire quand ça arrive, ça arrive. Toutes les émissions aussi sur France 5 je sais qu'ils en font beaucoup sur tout ce qui est maman et enfant.

- Comme *La maison des Maternelles* ?

- Oui ça c'est vrai que c'est intéressant parce que c'est plus professionnel je trouve. Ça ne ressort pas forcément de la vie privée, même s'il y a des interviews sur des cas en particulier. Ça reste du général, ils rentrent pas dans la vie comme dans *Baby-Boom*. *Baby-Boom* c'est rentrer dans la vie des gens et avoir des informations certes réelles mais qui ne sont pas des cas généraux. Il faut aussi savoir prendre du recul pour se dire oui c'est arrivée à elle mais peut-être que moi ça ne m'arrivera pas.

- Quelle vision avez-vous de *La Maison des Maternelles* ?

- Je trouve que c'est plus pertinent et professionnel. Déjà il y a des professionnels qui sont là. Ils savent de quoi ils parlent. Il y a aussi des personnes classiques qui viennent pour échanger sur ce qui leur ai arrivées à eux mais ils disent bien que par exemple c'est un cas qui arrive une fois sur 100 par exemple. Mais ça reste une émission. C'est du journalisme. C'est plus intéressant que de voir des personnes qui accouchent où ça se passe bien ou ça se passe mal.

- Est-ce que vous avez déjà regardé des émissions de télé-réalité comme *Familles Nombreuses*, *Mamans et célèbres* ?

- *Familles Nombreuses* oui ça j'aime bien (rire) ça me fait rire parce que moi avec deux je galère et eux avec 8 tout va bien. Pareil, il faut le prendre avec du recul. *Mamans et célèbres* je regarde très très peu. Je trouve que c'est plus de la télé réalité. De toute façon c'est des gens de télé réalité dedans. Mais c'est vrai que je trouve que *Familles Nombreuses* c'est pas mal parce que des fois il y a des parents qui donnent des petites idées sur des jeux



d'apprentissage, la nourriture. Il y en a plusieurs qui sont enceintes. Quand moi je les vois qu'elles ont 5 enfants et qu'elles sont encore enceinte, je me dis déjà avec une j'avais l'impression de courir partout. Et je trouve que là pour le coup ça fait relativiser enfaite de se dire bon aller moi j'en ai qu'une, j'arrive à gérer, elle en a 5, si elle arrive à gérer je devrais pouvoir faire. Et ça nous donne des petites idées sur comment se reposer, comment elles gèrent leur quotidien avec autant d'enfants. C'est vrai que des fois on se plaint avec 2. Bon après elles ont choisi d'en avoir 7. Je me dis bon enfaite oui ça va avec deux, c'est pas non plus... ça permet de relativiser aussi. Bon après elles ont pas l'activité professionnelle aussi. Elles font pas forcément une activité professionnelle. Je dirais pas que c'est plus facile parce que s'occuper d'enfants au quotidien moi j'y arriverai pas. Mais forcément le temps d'occupation avec les enfants c'est pas du tout le même.

- Est ce que vous avez eu l'occasion d'écouter des émissions radio ou de lire des journaux qui parlaient de la grossesse ?

- Pas du tout parce que je trouve qu'il y a moins où alors j'écoute pas forcément les bonnes et je regarde pas les bons journaux. Mais c'est vrai que je trouve qu'il y a moins de communication là-dessus. Ou alors sur le journal c'est quand il y a eu un problème donc c'est pas très agréable. Mais non je trouve qu'il y a pas assez d'informations et ça fait moins réelle parce que on a pas l'image, on a que le son ou l'écrit.

- Globalement que pensez-vous de la médiatisation de la grossesse ?

- Bah c'est bien, c'est bien et c'est mal. C'est moyen enfaite. C'est bien parce que ça fait découvrir aussi découvrir la grossesse pas forcément qu'aux femmes, ça peut être aux hommes. Les hommes peuvent très bien regarder ce genre de médiation. Beaucoup d'homme se plaignent. Je voyais des fois sur Facebook des articles sur des mamans et des enfants ou la grossesse et c'est vrai que les hommes sont beaucoup mis à part ou de côté. Et quand je regarde les commentaires ils ont une place à part. Surtout quand derrière il y a un allaitement, c'est plus... disons que le lien mère enfant est plus fort que le lien père enfant. Je trouve que de médiatiser tout ça, ça peut permettre plus d'accompagner les papas à être dans la grossesse à se rendre compte de ce que la maman vit, ce que le bébé vit, ce que l'autre enfant vit et de relativiser sur le fait qu'il peut s'inclure dans le schéma de grossesse différemment mais il peut quand même s'inclure. Sur les cours de grossesse, Mon conjoint de temps en temps venait. Sur des cours plus importants, ça permettait lui de savoir comment ça se passait. Et moi de me rassurer et de me dire qu'il a suivi, qu'il est au courant et qu'il va comprendre. Donc ça je trouve ça bien. Après le côté mal, c'est de prendre du recul et de ne pas écouter n'importe quoi. C'est vraiment ne pas aller sur n'importe quel site et se dire " oh ça y est, de paniquer, de se dire ça y est j'ai ça, j'ai ça" et d'arriver devant le médecin et de lui dire " ça y est je sais ce que j'ai et j'ai ça". C'est pas notre rôle. On est pas médecin et on peut pas savoir ce que l'on a à l'avance même si on a des pistes le médecin est là. Malheureusement peut être que ça peut faire prendre certains risques à certaines personnes qui n'auraient pas pu se faire si elles avaient pas écouté des émissions, lu des articles ou des forums. Il faut toujours être sur la réserve. Aujourd'hui, pour avoir déjà échangé avec mon médecin là-dessus. Je lui avais dit " oui effectivement j'ai regardé sur un site". Lui, il m'a dit " oui c'est bien mais il faut faire attention effectivement et prendre du recul, pas prendre tel médicament et faire attention parce que la grossesse c'est compliquée. Moi par exemple pour mes deux grossesses j'étais pas immunisée pour la Toxo. Pour les aliments là par contre internet ça me servait. Sur Doctissimo je pouvais trouver les aliments que je pouvais manger ou pas. C'était vraiment des petites infos. Après voilà quand ça devient trop dans la précision il faut prendre du recul et de dire " bon voilà il faut que je consulte".

Donc je trouve qu'il y a un bien parce que la grossesse c'est important et qu'il ne faut pas la laisser de côté et qu'il faut inclure tout le monde : le papa ou même à l'entourage ça peut permettre de faire comprendre ce qu'il peut se passer dans le corps d'une femme et tout ça mais il faut aussi savoir jauger l'information.

- Avec votre entourage est-ce que vous avez déjà confronté ce que vous aviez vu sur les médias ?

- J'ai ma belle-mère qui va beaucoup voir comme ça. Et elle va me dire " tu vois c'est peut-être ça ou alors là " mais moi comme je suis un peu plus en recul là-dessus c'est vrai que des fois on était pas tout le temps d'accord.

- Et vous n'étiez pas d'accord avec elle sur certains sujets ?

- En fait c'est que je reste toujours sur le fait qu'il faut pas tout le temps de fier à ça. Et des fois elle nous disait " oh bah c'est peut-être ça, j'ai vu sur Internet que les symptômes c'était ça". Et moi typiquement j'ai horreur de ça. Quand il faut prendre un médicament parce qu'on a vu ça sur Internet et bien on ne sait pas d'où le conseil arrive. Et ça peut être dangereux.

- Est-ce que vous connaissez des influenceurs et est-ce que vous en aviez suivi ?

- Oui j'en connais, mais pas du tout. Je suis plus veille école. Ça reste du personnel aussi et chaque cas est unique. Je ne voulais pas me faire peur là-dessus ou psychoter en me disant " ah bah oui elle a un gros ventre". Parce que moi j'avais un petit ventre. Mais c'est pas parce que j'ai un petit ventre que le bébé va être petit ou par ce que je mange pas ou parce que je fumais. En plus moi j'avais de la complexité parce que j'ai continué de fumer pendant mes deux grossesses. Autant dire que l'on entend de tout. Je le savais très bien qu'en tant que fumeuse je prenais un risque pour mon bébé, je prenais un risque pour moi. Mais après il y a aussi plusieurs facteurs qui ont fait que je n'ai pas arrêté de fumer. Aujourd'hui j'ai cette chance là et je touche du bois que mes filles soient en bonne santé. A contrario, j'ai vu des amis là weekend où pour eux ça c'est très mal passé alors qu'elle a respecté tous les régimes inimaginables et possibles. Elle ne fumait pas, elle ne buvait pas. Moi je ne buvais pas non plus mais je restais fumeuse. Et c'est vrai que c'est triste pour eux parce que moi je suis restée en tant que fumeuse. On m'a tellement répété pendant 9 mois " oui c'est pas bien, oui vous vous rendez compte". Ce que je comprends complètement mais au bout d'un moment je l'ai compris mais il y a pas besoin de me le répéter 25 fois. Mais il se trouve que le risque est pas forcément parce qu'on fait quelque chose de mal. C'est pas parce qu'on fait tout correctement qu'il n'y a pas de risques.

- Qu'est-ce que les médias vous ont apportés dans votre choix de continuer de fumer ?

- Heu bah qu'il faut pas arrêté de fumer quoi. (Rire). Mais après si on va trop dans " fumer pendant la grossesse" bah là clairement je ne l'ai jamais tapé sur internet parce que je sais très bien les images que j'aurai vu. J'aurai vu les pires images du monde alors que ça se trouve alors que le bébé qui aurait été en photo la maman n'aurait pas fumé. Je sais qu'il y a des informations qui ne sont pas très importantes. Enfin, elles sont importantes mais à regarder elles ne sont pas intéressantes, ça fait plus peur qu'autre chose. Je connaissais très bien le risque que je prenais avec le fait d'avoir échangé avec mon médecin et le gynécologue et j'avais pas forcément besoin d'aller re revoir sur les réseaux, sur les médias. Voilà je savais très bien le risque je faisais encourir. Je trouve que c'est une protection de faire parce que c'est pas en regardant des images horribles qu'on va arrêter de fumer. Limite ça va nous faire plus stresser qu'autre chose.

- Oui je comprends. Et est-ce que votre consommation des médias était différente en fonction de l'évolution de la grossesse ?

- J'ai plus consulté au début. Au début pour les petites douleurs ligamentaires. Comment soulager le dos, les choses comme ça. Quand on a pas commencé les cours enfaite. Moi ma première écho était qu'au bout des 3 mois alors que t'en a qui font en faire une tous les mois. Donc c'est vrai que les douleurs, le ventre qui grossit les choses comme ça et bien là ça aide un peu à se rassurer tout en restant sur la réserve en se disant je prends l'info et je trie aussi. Je vais pas tout prendre.

- En comparant vos deux grossesses vous avez consulté différemment les médias ?

- Oui parce que à ma première grossesse c'était parfait. J'ai pas eu de problème, j'ai pas eu mal, j'ai pas été malade. Pour ma deuxième, ce qui s'est passé c'est que j'avais déjà fait la fausse couche juste avant. Ça été très rapide enfaite le fait que je sois de nouveau enceinte. J'ai pas eu le temps de me remettre de la fausse couche que j'étais déjà reparti sur un autre début de grossesse. Donc ça été compliqué parce qu'on savait pas quand j'étais tombé enceinte. Il a fallu que je fasse plusieurs examens. Et puis bah forcément le fait d'avoir fait une fausse couche stress un petit peu plus sur les  $\frac{3}{4}$  premiers mois. En se disant " j'espère que tout va bien". Le moindre signe comme les douleurs ligamentaires m'inquiétait un petit peu plus donc j'allais un peu plus consulter les médias.

## BIBLIOGRAPHIE

1. Derville G. Le pouvoir des médias: 4e édition. PUG - Presses universitaires de Grenoble; 2017. 160 p.2.
2. Chronologie de la télévision française. Reperes. 2005;115-6.
3. Internet, 25 ans d'histoire... le contexte et plus! Histoire-cigref.org [Internet]. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.cigref.fr/archives/histoire-cigref/blog/internet-25-ans-d-histoire-le-contexte-et-plus/>
4. Bronac P de. Panorama et chiffres clés des réseaux sociaux en France La Social Room [Internet]. 2019 [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.lasocialroom.com/panorama-chiffres-cles-reseaux-sociaux-france/>
5. Multimédias – Tableaux de l'économie française | Insee [Internet]. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/4277719?sommaire=4318291>
6. Doctissimo. Doctissimo site santé préféré des Français. Doctissimo. [Internet]. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.doctissimo.fr/sante/news/Doctissimo-site-sante-prefere-des-Francais>
7. Grossesse + . App Store [Internet]. [cité 25 janv 2022]. Disponible sur : <https://apps.apple.com/fr/app/grossesse/id505864483>
8. Doyle C. Les influenceurs et leurs impacts sur les choix des consommateurs dans le contexte d'Instagram. [Internet]. 2020 [cité 2 avr 2022]; Disponible sur: <https://savoirs.usherbrooke.ca/handle/11143/17823>
9. Profil Instagram de Nabilla Vergara 🌟 (@nabilla) • 1 588 photos et vidéos [Internet]. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.instagram.com/nabilla/>
10. Jessica Garcia (@jessicathivenin) est sur Instagram [Internet]. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.instagram.com/jessicathivenin/>
11. Hillary (@hillaryoff) • Photos et vidéos Instagram [Internet]. [cité 26 janv 2022]. Disponible sur : <https://www.instagram.com/hillaryoff/>
12. Mamans et célèbres | TFX. MYTF1. [Internet]. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.tf1.fr/tfx/mamans-et-celebres>
13. Familles nombreuses: la vie en XXL | TF1 [Internet]. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.tf1.fr/tf1/les-familles-nombreuses-la-vie-en-xxl>
14. Baby Boom | TF1 [Internet]. MYTF1. [cité 25 sept 2021]. Disponible sur : <https://www.tf1.fr/tf1/baby-boom>
15. Audiences: Records pour « C Jamy » et « Le magazine de la santé », « La maison des maternelles » au plus haut. ozap.com [Internet]. [cité 25 janv 2022]. Disponible sur : <https://www.ozap.com/actu/audiences-records-pour-c-jamy-et-le-magazine-de-la-sante-la-maison-des-maternelles-au-plus-haut/611472>
16. La Maison des Maternelles | Grossesse, bébé, naissance, santé, prénom. La maison des maternelles [Internet]. [cité 25 janv 2022]. Disponible sur : <http://www.lamaisondesmaternelles.fr/>

17. Bydlowski M. Summary. Devenir. 2001;13(2):41-52.
18. Marchand M. L'utilisation d'internet comme source d'information au cours de la grossesse : analyse descriptive de 147 questionnaires au CHU de Nice. 2019;56.
19. Admin. Fiche sur les sites internet de qualité en lien avec la grossesse – FFRSP [Internet]. [cité 28 mars 2022]. Disponible sur : <https://ffrsp.fr/2021/07/02/fiche-sur-les-sites-internet-de-qualite-en-lien-avec-la-grossesse/>
20. 20 ans de Health On the Net Health. On the Net [Internet]. [cité 28 mars 2022]. Disponible sur : <https://www.hon.ch/fr/>
21. rapport\_Perinat\_2016.pdf [Internet]. [cité 28 mars 2022]. Disponible sur : [https://drees.solidariteessante.gouv.fr/sites/default/files/202101/rapport\\_Perinat\\_2016.pdf](https://drees.solidariteessante.gouv.fr/sites/default/files/202101/rapport_Perinat_2016.pdf)
22. Annual number of mobile app downloads worldwide 2021. Statista [Internet]. [cité 29 janv 2022]. Disponible sur : <https://www.statista.com/statistics/271644/worldwide-free-and-paid-mobile-appstore-downloads/>
23. BUMED\_MESF\_2013\_CAMUZEUX\_KARP\_VIRGINIE.pdf [Internet]. [cité 31 janv 2022]. Disponible sur : [http://docnum.univlorraine.fr/public/BUMED\\_MESF\\_2013\\_CAMUZEUX\\_KARP\\_VIRGINIE.pdf](http://docnum.univlorraine.fr/public/BUMED_MESF_2013_CAMUZEUX_KARP_VIRGINIE.pdf)
24. Sparrow JS. Le développement du bébé imaginaire. Érès; 1997 [Internet]. [cité 28 mars 2022]. Disponible sur : <https://www.cairn.info/le-bebe-d-hier-d-aujourd-hui-de-demain-et-de-toujo--9782865865413-page-67.ht>
25. Laurence Pernoud. J'attends un enfant. 11<sup>e</sup> éd. Paris, France : Pierre HORAY ; 1964, 318 p.
26. Laurence Pernoud. J'attends un enfant. 40<sup>e</sup> éd. Paris, France : Pierre HORAY ; 1993, 464 p.
27. Laurence Pernoud. J'attends un enfant. 69<sup>e</sup> éd. Paris, France : Albin Michel ; 2022, 460 p.

TABLE DES FIGURES

Figure 1 : Flow chart ..... 11

## TABLE DES TABLEAUX

Tableau 1 : Caractéristiques socio-démographiques de la population .....	12
Tableau 2 : Caractéristiques obstétricales de la population .....	13

## TABLE DES MATIERES

Avertissement .....	2
Engagement de non plagiat.....	3
Remerciements .....	4
Liste des abréviations.....	5
Sommaire .....	6
Introduction .....	7
Matériels et méthodes .....	9
1. Matériels .....	9
2. Méthodes .....	9
2.1. Données recueillies .....	9
2.2. Guide d’entretien.....	9
2.3. Analyse des données .....	10
2.4. Aspect éthique et réglementaire .....	10
Résultats .....	11
1. Flow chart .....	11
2. Les caractéristiques de la population.....	12
3. Un usage important des médias .....	13
3.1. Un usage fréquent en dehors de la grossesse.....	13
3.2. Un usage majoré pendant la grossesse .....	13
3.2.1. Le téléphone portable, un support de prédilection .....	14
3.2.2. Les sujets recherchés .....	14
3.2.3. Les types de médias utilisés .....	14
4. Les usages des médias les plus utilisés.....	14
4.1. Les applications de suivi de grossesse.....	14
4.1.1. Un usage précoce et intense .....	14
4.1.2. L’indispensable à la construction du bébé imaginaire .....	15
4.1.3. Les effets sur le vécu de la grossesse .....	15
4.2. Internet .....	16
4.2.1. Internet comme enrichissement palliatif.....	16
4.2.2. Internet comme source de renseignement.....	16
4.2.3. Des avis opposés .....	16
4.2.4. Effets sur le vécu de la grossesse .....	17
4.3. Les réseaux sociaux : outils de divertissement et de conseils	17
4.3.1. Les groupes Facebook.....	17
4.3.2. L’effervescence d’Instagram et des influenceurs .....	17
4.3.3. YouTube.....	18
5. Les usages des médias les moins utilisés .....	18



5.1.	Les émissions télévisées.....	18
5.1.1.	La spécificité de <i>La Maison des Maternelles</i> .....	18
5.1.2.	La télé-réalité : faits réels ou fabriqués ?.....	18
5.1.3.	<i>Baby-Boom</i> : une source d'angoisse .....	19
5.2.	Presse et radio : des médias qui s'atténuent avec le temps..	19
6.	Les échanges avec l'entourage et les professionnels de santé.....	19
6.1.	L'entourage .....	19
6.1.1.	A la recherche de récits d'expérience auprès d'amies .....	19
6.1.2.	Faire découvrir la grossesse au monde extérieur .....	20
6.1.3.	L'inclusion des pères.....	20
6.1.4.	Les transmissions transgénérationnelles.....	20
6.2.	Les professionnels de santé : La confiance en leur savoir ....	21
6.2.1.	Une relation de confiance persistante.....	21
6.2.2.	L'attitude préventive des professionnels de santé .....	21
7.	L'évolution des recherches au cours de la grossesse .....	21
8.	Les usages des médias chez les multipares .....	22
8.1.	Les nouveaux symptômes .....	22
8.2.	Impact de la précédente expérience .....	22
8.3.	Une projection vers une expérience à renouveler.....	22
9.	La médiatisation de la grossesse : des avis divergents .....	23
	Discussion .....	24
1.	Intérêts, biais et limites de l'étude .....	24
1.1.	Intérêts.....	24
1.2.	Biais et limites .....	24
2.	Plusieurs sources de renseignements .....	24
2.1.	Un lien de confiance avec les professionnels de santé .....	24
2.2.	Une société consommatrice des médias.....	25
2.3.	Vers une diminution des transmissions transgénérationnelles	25
3.	Un usage intensif des médias pendant la grossesse .....	25
4.	Les applications de suivi de grossesse .....	26
5.	De multiples effets perçus comme positifs .....	26
6.	La construction du bébé imaginaire.....	27
	Conclusion .....	28
	Annexes .....	29
	Annexe 1 : Guide d'entretien.....	29
	Annexe 2 : Entretien semi-directif.....	30
	Entretien Lucie .....	30
	Bibliographie .....	36
	Table des figures .....	38
	Table des tableaux .....	39

Table des matières.....	40
Résumé .....	43
Abstract.....	43

## RESUME

**Titre :** Les usages des médias pendant la grossesse.

**Contexte :** Les médias font partie intégrante de notre vie. Les médias communiquent des informations sur la grossesse et la parentalité par le biais des applications de suivi de grossesse, Internet, les réseaux sociaux, la télévision, la presse et la radio. Cependant, la grossesse est une période de vulnérabilité psychique où les médias peuvent influencer sur le vécu de la grossesse.

**Objectifs :** Déterminer les types de médias et comprendre l'usage des médias chez les femmes enceintes pendant la grossesse. Identifier les effets des médias sur le vécu de la grossesse.

**Matériels et Méthodes :** Etude observationnelle, qualitative, descriptive, multicentrique, et par entretiens semi-directifs. 7 femmes enceintes à partir du 3<sup>ème</sup> trimestre jusqu'à la 8<sup>ème</sup> semaine du post-partum ont été interrogées entre novembre 2021 et janvier 2022, en Maine-et-Loire et en Sarthe.

**Résultats :** Nous avons relevé un usage intensif des médias pendant la grossesse. Le média le plus utilisé était l'application de suivi de grossesse. Outre les médias, les femmes enceintes se réfèrent également aux professionnels de santé et à leur entourage. Les médias avaient pour effet de les rassurer, de les guider dans leur choix et leur alimentation. Cependant, les médias avaient pu aussi générer du stress, des angoisses, des doutes.

**Discussion :** L'usage intensif des applications de suivi de grossesse pourrait notamment s'expliquer par la recherche de la construction du bébé imaginaire. Les femmes auraient besoin de comprendre les bouleversements physiques qu'elles rencontrent et de se projeter dans les différentes étapes de la grossesse.

**Mots-clefs :** Médias, usages, grossesse, effets, vécu.

## ABSTRACT

**Title:** Media use during pregnancy.

**Context:** The media are an integral part of our lives. The media communicate information about pregnancy and parenthood through pregnancy tracking apps, the internet, social networks, television, press and radio. However, pregnancy is a time of psychological vulnerability where the media can influence the experience of pregnancy.

**Objectives:** To determine the types of media and to understand the use of media by pregnant women during pregnancy. To identify the effects of media on the experience of pregnancy.

**Materials and Methods:** Observational, qualitative, descriptive, multicentric study, with semi-structured interviews. 7 pregnant women from the 3rd trimester to the 8th week postpartum were interviewed between November 2021 and January 2022, in Maine-et-Loire and Sarthe.

**Results:** We found intensive media use during pregnancy. The most used media was the pregnancy monitoring app. In addition to the media, pregnant women also referred to health professionals and their relatives. The media had the effect of reassuring them and guiding them in their choices and diet. However, the media could also have generated stress, anxiety, and doubts.

**Discussion:** The intensive use of pregnancy monitoring apps could be explained by the search for the construction of the imaginary baby. Women would need to understand the physical changes they are experiencing and to project themselves into the different stages of pregnancy.

**Keywords:** Medias, usages, pregnancy, effects, experience.