

INTRODUCTION

- Les mères en contexte de périnatalité sont à risque de vivre des problèmes de santé mentale comme la **dépression postpartum**.¹
- Conséquences sur **le sommeil de l'enfant** : Une durée de sommeil insuffisante à 17 mois est associée à plusieurs conséquences neurodéveloppementales.²
- La **coparentalité** : Le soutien et la coopération au sein du couple vis-à-vis les soins à l'enfant pourraient-ils atténuer l'effet de la dépression maternelle sur le sommeil du bébé?

OBJECTIFS

- Examiner l'association entre la dépression maternelle à 5 mois post-partum et la durée du sommeil nocturne des bébés à 17 mois;
- Déterminer si cette association est atténuée par une coparentalité élevée vs. amplifiée par une faible coparentalité ou l'absence de coparentalité (monoparentale).



MÉTHODOLOGIE

Échantillon:

Cohorte de naissance de 3977 bébés (51.0% de filles)

Instruments de mesure:

VDep : Durée totale (minutes) du sommeil nocturne du bébé à 17 mois

VInd : Dépression maternelle à 5 mois (10 items; $\alpha = .82$)³. Ex., « je me suis sentie déprimée, mon sommeil est agité »

VMod : Coparentalité à 5 mois (12 items, $\alpha = .83$)⁴. Ex., « Mon conjoint est très attentif à notre enfant, Mon conjoint ne fait pas sa juste part du travail en tant que parent »

VCon : Caractéristiques de l'enfant, familiales et maternelles

NAISSANCE

Sexe; APM à 5 minutes; âge de la mère; statut d'immigration; DES; alcool et tabac pendant la grossesse

5 MOIS

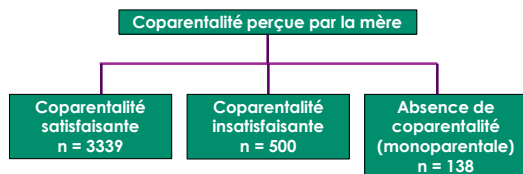
Sommeil de nuit du bébé; allaitement; revenu familial

17 MOIS

Symptômes anxieux et dépressif; tempérament; maladies infantiles

Analyses statistiques:

ANCOVA à plan factoriel 2 (dépression) x 3 (coparentalité)



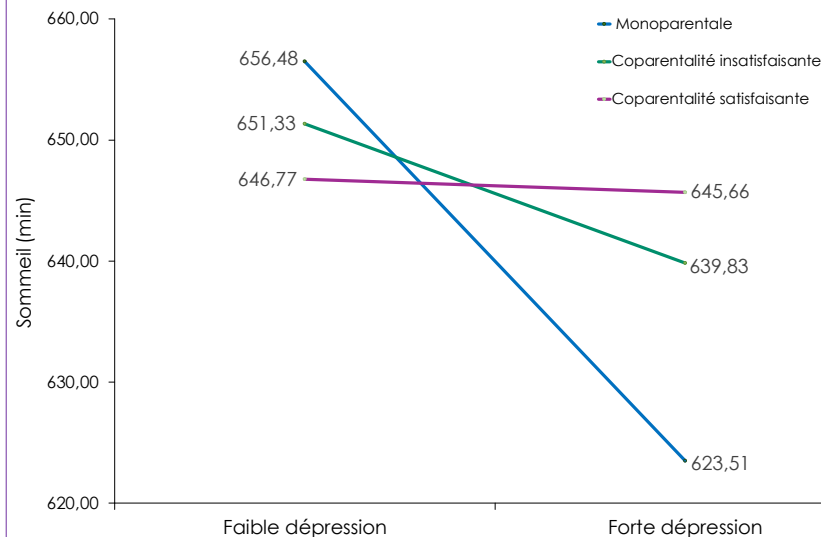
RÉSULTATS

Durée totale du sommeil nocturne à 17 mois (minutes) selon les symptômes dépressifs et le statut de coparentalité de la mère à 5 mois

	Coparentalité satisfaisante		Coparentalité insatisfaisante		Monoparentale		Dépression	Coparentalité	Interaction
	M	ÉT	M	ÉT	M	ÉT			
Faible dépression	646,77	1,45	651,33	5,32	656,48	8,90	F(1, 2922)	F(2, 2922)	F(2, 2922)
Forte dépression	645,66	1,97	639,83	3,78	623,51	9,51			

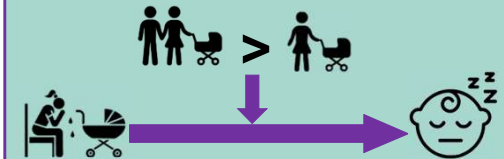
* p < 0,05.

Durée totale du sommeil nocturne à 17 mois (minutes) selon les symptômes dépressifs et le statut de coparentalité de la mère à 5 mois



Lorsque la dépression maternelle est faible, il n'y a aucune différence significative quant à la durée totale du sommeil de nuit des bébés à 17 mois selon le niveau de coparentalité de la mère.

Lorsque la dépression maternelle est élevée, les bébés de mères sans coparentalité dorment en moyenne 22 minutes de moins par nuit (2,6h par semaine) que ceux de mères satisfaites de leur coparentalité.



DISCUSSION

PISTES EXPLICATIVES

- Dépression: moins de congruence et de prévisibilité.
- Diminution du sentiment de sécurité du bébé, central à la consolidation du sommeil⁵.
- La présence d'un deuxième parent plus cohérent pourrait augmenter le sentiment de sécurité du bébé.

FORCES

- Rôle modérateur de la coparentalité : Encore peu étudié à ce jour;
- Contrôle de la durée du sommeil de nuit à 5 mois;
- Représentativité de l'échantillon et généralisation des résultats.

LIMITES

- Petit groupe de mères monoparentales;
- Mesure subjective du sommeil;
- Covariables pertinentes non disponibles : Sommeil des parents / Santé mentale du père.

RECOMMANDATIONS POUR L'INTERVENTION

Offrir un soutien accru aux mères monoparentales pour atténuer les conséquences de la dépression sur le sommeil du bébé. Exemple : Renseignements par rapport aux sources de soutien disponibles par les professionnels de la santé lors des soins périnataux.

RECHERCHES FUTURES

- Tester la bidirectionnalité : Dépression maternelle / Sommeil du bébé;
- Explorer la satisfaction des deux parents par rapport à la coparentalité.

