



Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



ÉTAT DES CONNAISSANCES/LATEST DEVELOPMENTS

Activité physique et grossesse physiologique : intérêt pour l'enfant à naître

Exercise during pregnancy: Fetal outcomes

P. Laure^{a,*}, M.-L. Pichon^b, L. Galliot^b, L. Wantz^b

^a DRDJSCS Grand-Est, antenne de Nancy, 4, rue Bénit, CO 10011, 54035 Nancy cedex, France

^b École de sages-femmes de Nancy, Nancy, France

MOTS CLÉS

Activité physique ;
Grossesse ;
Fœtus

Résumé

Objectifs. — Dresser un court panorama de l'intérêt pour l'enfant à naître de l'activité physique de la femme enceinte.

Méthode. — Revue de la littérature entre janvier 1990 et juin 2017 à travers les bases de données Medline, Pascal et Francis.

Principaux résultats. — Il existe un petit nombre d'études sur le thème. L'exercice ne modifie pas le risque de prématurité et probablement le réduit. Il permet de réguler le poids à la naissance, en limitant le risque d'hypotrophie et de macrosomie. Aucun trouble cognitif n'est observé chez l'enfant, au contraire.

Conclusion. — Un nombre croissant d'études suggère que l'activité physique de la femme enceinte soit bénéfique au fœtus durant la gestation et que ces bénéfices persistent après la naissance.

© 2017 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : patrick.laure@drjscs.gouv.fr (P. Laure).

<https://doi.org/10.1016/j.sagf.2017.10.003>

1637-4088/© 2017 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

KEYWORDS

Physical activity;
Fetal outcomes;
Pregnancy

Summary

Objectives. – To draw a small panorama of the link between exercise during pregnancy and fetal outcomes.

Method. – Literature review conducted between January 1990 and June 2017. Databases used: Medline Pubmed, Pascal, Francis.

Main results. – There are still few studies on the topic. Maternal regular exercise during pregnancy does not change the risk of preterm birth (but probably reduces it) and may control offspring weight at birth, i.e. prevent low birth weight or macrosomia. Measures of cognition and intelligence demonstrate that exercise during pregnancy causes no harm and, on the contrary, may be beneficial.

Conclusion. – Growing evidence supports that exercise during pregnancy is beneficial for the fetus during gestation, with benefits persisting for the child.

© 2017 Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

Introduction

En 1985, l'*American College of Obstetricians and Gynecologists* publiait les premières recommandations sur l'activité physique durant la grossesse [1]. Toute femme inactive avant la grossesse devait le rester, et pour les autres, il ne fallait dépasser ni une fréquence cardiaque de 140 batt./min, ni une durée de 15 min d'activité. Ces conseils, d'une grande prudence, s'expliquaient par le peu de connaissance disponible, à l'époque, concernant les répercussions de l'exercice chez la femme enceinte. L'objectif était de ne pas exposer le fœtus aux risques d'accouchement prématuré et autre restriction de croissance intra-utérine attribués à une élévation de la température corporelle ou à des traumatismes abdominaux, susceptibles d'être provoqués par l'exercice physique.

Depuis une trentaine d'années, de nombreuses études ont modifié ces représentations.

Il est maintenant bien établi que la pratique d'une activité physique d'intensité modérée lors de la grossesse est bénéfique à la santé.

D'une part, ses effets sont comparables à ceux que l'on observe en population générale : amélioration de la fonction cardiovasculaire, de la force et la masse musculaire, de la sensation de bien-être, de la qualité du sommeil et de la perception de la santé [2].

Il s'y ajoute, d'autre part, une action préventive sur certaines conséquences négatives de la grossesse :

- la prise de poids excessive [3] ;
- la perte de densité osseuse [4] ;
- les douleurs lombaires [5] ;
- l'incontinence urinaire [6] ;
- l'anxiété [7] ;
- le sentiment de dépression [8] ;
- la survenue d'un diabète gestationnel [9,10] ;
- le risque de pré-éclampsie [11].

Quelques études, toutefois, incitent à la prudence, comme celle qui suggère un impact négatif de l'activité physique en début de grossesse sur le développement placentaire [12].

Les bénéfices pour la future mère sont bien documentés et volontiers mis en avant dans les publications destinées aux professionnels de la santé afin qu'ils puissent, notamment, promouvoir l'activité physique. En revanche, l'intérêt pour le fœtus est moins connu, ou sinon moins rendu visible.

L'objectif de ce texte est de faire le point sur ce que l'on connaît, lors d'une grossesse physiologique, des répercussions fœtales potentielles de l'activité physique.

Méthode

Nous avons réalisé une revue de la littérature de janvier 1990 à juin 2017.

La recherche a été effectuée en trois phases dans les bases de données MEDLINE (National Library of Medicine, États-Unis), PASCAL et FRANCIS (Institut national de l'information scientifique et technique–CNRS).

La première phase a recouru aux descripteurs : *fetal/neonatal ; outcomes/effects ; pregnancy ; physical activity/exercise* et leurs équivalents français. Par exemple, dans MEDLINE, a été entrée la ligne de recherche « (*exercise[ti] OR physical activity[ti]*) AND (*fetal outcomes OR neonatal outcomes*) AND pregnancy ».

La seconde phase a permis d'approfondir la recherche à partir des nouveaux mots-clés des références pertinentes obtenues précédemment.

Principaux résultats

Les recherches dans MEDLINE, PASCAL et FRANCIS produisent respectivement 144 386 et 25 articles. Les textes consacrés à une grossesse non physiologique, ceux qui décrivaient surtout les effets maternels, les doublons, les articles sans résumés, ou rédigés en d'autres langues que l'anglais ou le français, ainsi que les travaux portant sur l'animal, ont été écartés. Au final, 52 textes ont été retenus :

- 27 études observationnelles (dont 22 de cohorte) ;
- 13 essais comparatifs randomisés ;
- 12 revues de littérature (dont 5 méta-analyses).

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8565236>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8565236>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)