



2182, avenue Lincoln Avenue, Montréal (Québec) H3H 1J3

Tél. : 514-937-5375 Fax : 514-937-7453 ddmdd@qc.aira.com www.ddm-mdd.org

La « méthode Higgins »[®]

- La « méthode Higgins »[®] est une approche de counseling visant la réhabilitation nutritionnelle des femmes enceintes défavorisées, désignée du nom de sa créatrice, Agnes C. Higgins. Elle comprend un ensemble de procédés précis et de mesures correctives dont l'efficacité a été scientifiquement prouvée.
- La « méthode Higgins »[®] repose sur les prémisses suivantes :
 1. une mère bien nourrie a de meilleures chances de donner naissance à un bébé en santé;
 2. le poids à la naissance est un indicateur-clé de la santé du nouveau-né;
 3. les femmes enceintes à faible revenu sont souvent sous-alimentées pendant leur grossesse et incapables de se procurer l'alimentation qu'exige la réussite d'une grossesse;
 4. l'incidence des naissances de faible poids est beaucoup plus forte chez les femmes à faible revenu.
- L'une des bases de la « méthode Higgins »[®] est « l'art » du counseling où la femme enceinte est amenée à comprendre que la naissance d'un bébé en santé dépend en grande partie de la façon dont elle, la mère, nourrit son enfant durant les neuf mois de la grossesse.
- Les facteurs de risques que la « méthode Higgins »[®] cherche à contrer par des correctifs en protéines et en calories sont, notamment : la sous-alimentation, la maigreur, des antécédents de grossesse défavorables, une grossesse rapprochée, un gain de poids inférieur à 4,5 kg à la 20^e semaine de grossesse, des vomissements incoercibles et des problèmes émotifs graves.
- Les stratégies de réhabilitation nutritionnelle sont toujours adaptées à la situation individuelle particulière de chaque femme enceinte.
- Au besoin, la femme enceinte reçoit chaque jour un litre de lait entier, un œuf et un supplément minéralo-vitaminique prénatal jusqu'à l'accouchement, et ensuite pendant les trois premiers mois de l'allaitement.
- La méthode comporte des rencontres régulières, aux deux semaines, où la diététiste assignée vérifie le progrès de la grossesse, renforce les pratiques positives et continue à stimuler l'attachement de la mère à l'enfant.
- La « méthode Higgins »[®] coûte actuellement 500 \$ par grossesse, ce qui couvre salaires, suppléments alimentaires et minéralo-vitaminiques et frais d'administration.
- Sans une telle intervention, 10-12 pour cent des bébés de mères défavorisées risquent de naître trop petits. La « méthode Higgins »[®] diminue ce risque d'au moins 50 pour cent tout en favorisant le bien-être personnel et social des mamans du DDM. Ce faisant, elle fait économiser des millions de dollars à la communauté.