Communiqué de presse
Paris, le 16 juillet 2025

Lancement de LENA, une plateforme numérique dédiée à la santé mentale périnatale

La Fondation FondaMental est fière d'annoncer le lancement de LENA, une plateforme numérique dédiée à l'information et à l'accompagnement des personnes présentant des troubles psychiques périnataux. Cette initiative, soutenue par la Région Île-de-France dans le cadre d'une Question d'Intérêt Majeur sur la santé mentale des jeunes (du bébé à l'âge adulte), a été développée par la Fondation FondaMental et conçue par le Dr Julien Dubreucq et Mme Marine Dubreucq. Il se sont appuyés sur un comité d'experts composé à parts égales de professionnels de santé et de personnes avec une expérience vécue (toutes bénévoles de l'association Maman Blues).

Un engagement fort pour briser le tabou de la santé mentale périnatale

En France, la **dépression périnatale touche une femme sur six et un homme sur vingt**. Ses symptômes vont **bien au-delà du baby blues** : fatigue intense, troubles du sommeil, anxiété envahissante, douleurs physiques. Sans une **prise en charge adaptée**, elle peut entraîner des **conséquences majeures sur la santé des parents et le développement de l'enfant**. D'autres troubles, moins connus, peuvent également survenir pendant la grossesse ou après l'accouchement : trouble anxieux, stress post-traumatique ou encore, plus rarement, psychose puerpérale. **Faute d'information et de reconnaissance,** ces troubles restent **mal diagnostiqués, stigmatisés et insuffisamment pris en charge.**

LENA s'inscrit dans une démarche d'*empowerment*, en **libérant la parole des femmes** et en leur donnant accès à **une information fiable et complète** étayée par les avancées de la recherche, les meilleurs pratiques cliniques et l'expérience de leurs paires. **Elles deviennent ainsi actrices de leur prise en charge et de celle de leur enfant.**

LENA : une plateforme construite par et pour les personnes concernées

LENA est une **ressource essentielle et gratuite** pour faire face aux enjeux des troubles psychiques périnataux. Co-construite par des **rédactrices avec expérience vécue** (bénévoles de l'association Maman Blues) et des **rédacteurs professionnels de santé** (sage-femmes, gynécologue-obstétriciens, pédiatre, médecin du travail, psychologues, psychiatres d'adulte et pédopsychiatres spécialisés en psychiatrie périnatale), elle offre une **approche complète pour sensibiliser, informer et accompagner** les parents, les professionnels de santé, les proches mais aussi les employeurs.

Par son soutien, la **Fondation Apicil** a permis de mener la recherche participative qui a conduit les chercheurs et la **Fondation FondaMental** à développer le site et bientôt l'application Lena, **en partenariat avec la Région Ile-de-France.**

La plateforme propose :

- **Pour les parents et futurs parents** : des ressources accessibles et fiables, basées sur les dernières avancées de la recherche, mais aussi des témoignages, des stratégies de prévention et des conseils pour prendre soin de soi et de son enfant
- **Pour les proches et aidants :** des ressources utiles pour mieux comprendre et soutenir la personne en difficulté, pour en parler aux enfants de façon ajustée à leur âge, et pour soutenir les personnes dans leur rôle d'aidant.
- **Pour les professionnels de santé** : des outils pour repérer et prendre en charge les troubles psychiques en période périnatale, pour orienter les patientes et aborder le sujet en posant « les bonnes questions »
- **Pour les employeurs et les médecins du travail** : des guides pour informer sur la santé mentale périnatale en entreprise, promouvoir un environnement professionnel bienveillant et accompagner le retour au travail après des difficultés

En **réunissant expertise médicale et expérience vécue**, LENA contribue à faire évoluer les mentalités et à promouvoir une **prise en charge plus précoce et bienveillante de la santé mentale périnatale.**

Pour plus d'informations, rendez-vous sur https://masantementaleperinatale-lena.fr/



« La santé mentale périnatale est un enjeu majeur de santé publique encore trop souvent sous-estimé. Avec LENA, et grâce au soutien de la Région Île-de-France, nous voulons donner aux parents, aux aidants et aux professionnels les clés pour mieux comprendre, repérer et accompagner ces troubles. »

Marion Leboyer, psychiatre et directrice générale de la Fondation FondaMental



« Avec LENA nous mettons, grâce à la recherche, le numérique au service des jeunes parents et des professionnels pour mieux prévenir, repérer et accompagner les troubles psychiques de la période périnatale. Cette plateforme illustre notre ambition d'une santé mentale accessible, préventive et connectée. Elle témoigne aussi de la mobilisation de la Région Île-de-France pour briser les tabous qui entourent encore trop souvent la santé mentale et pour répondre aux besoins spécifiques des femmes à chaque étape de leur vie.

C'est tout le sens du fonds Femtech Île-de-France que nous avons lancée à VivaTech et du soutien à l'institut Tarnier de santé des femmes : faire de cet angle mort de la recherche médicale un véritable moteur d'innovation et de progrès en santé publique. »

Valérie Pécresse, Présidente de la Région Ile-de-France

« LENA est née de la volonté de fournir une ressource fiable et accessible à tous, pour que personne ne se sente isolé face à ces défis. Cette plateforme, fruit d'un travail collectif associant expertise médicale et expérience vécue des personnes concernées, est conçue pour répondre aux besoins de chacun, des parents aux professionnels de santé, en passant par l'entourage familial et professionnel. »

Julien Dubreucq, psychiatre périnatal, CH de Montluçon et CHU de Clermont-Ferrand et coordinateur du projet LENA

« Accompagner la parentalité, c'est aussi reconnaître et prendre en charge les souffrances psychiques qui peuvent survenir à cette période. Trop de femmes traversent ces difficultés en silence, faute d'information et de soutien. Avec LENA, nous voulons briser ce tabou en offrant une ressource précieuse à toutes celles et ceux qui en ont besoin. »

Elise Marcende, présidente de l'association Maman Blues

« *LENA apporte une information actualisée et porteuse d'espoir aux parents, leurs proches, ainsi qu'aux professionnels de santé et aux employeurs. La santé mentale est l'affaire de tous. Entièrement coconstruits, les outils LENA sont accessibles à tous pour un même niveau d'information quelles que soit les raisons pour laquelle ils sont utilisés.* »

Marine Dubreucq, sage-femme spécialisée en santé mentale et chercheuse postdoctorale

Pour mieux nous connaitre, rendez-vous sur la page « Qui est LENA ? » :
https://masantementaleperinatale-lena.fr/nousConnaitre/quiEstLena

La Fondation FondaMental : innover pour vaincre les maladies mentales

Créée en 2007 à l'initiative du ministère de la Recherche, et dédiée à la coopération scientifique dans le domaine des maladies mentales sévères, la Fondation FondaMental a pour missions : de faire avancer la recherche de pointe, d'innover en matière de diagnostic et de traitement, de contribuer à la formation des professionnels, d'informer le public et de fédérer les différents acteurs du secteur de la psychiatrie sur le plan national et international.

Elle concentre ses efforts sur la schizophrénie, les troubles bipolaires, la dépression résistante et les troubles du spectre de l'autisme pour proposer des réponses porteuses d'espoir à la communauté scientifique et médicale, aux patients et à leurs proches.

Un de ses principaux objectifs et de faire rayonner et partager l'état des connaissances françaises à l'international pour parvenir rapidement à des résultats significatifs et vaincre les maladies mentales. Elle bénéficie de dispositions juridiques et fiscales pour recevoir des dons et legs et financer ses projets de recherche.

Retrouvez nos résultats sur www.fondation-fontamental.org

La Région Île-de-France et les jeunes

La Région Île-de-France agit de manière résolue en faveur des jeunes, en investissant dans leur santé, leur bien-être et leur avenir. Au-delà de son engagement pour la santé mentale, elle déploie des politiques ambitieuses en matière d'orientation, de logement, d'emploi, de transports et de lutte contre les inégalités. En accompagnant les jeunes Franciliens à chaque étape de leur parcours, la Région affirme sa volonté de construire avec eux un territoire plus solidaire, plus inclusif et plus innovant.

Contact Presse :

- Fondation FondaMental : Mathilde Couderc – mathilde.couderc@agence-constance.fr – 07 57 68 30 62