

Conclusion

Le nombre de femmes pratiquant une activité sportive augmente de façon constante, et les femmes enceintes qui souhaitent continuer à faire du sport régulièrement dans leur état suivent cette tendance. De nombreuses études ont été menées sur le sujet, et la littérature présentée dans la première partie de cet ouvrage en souligne l'impact positif sur le déroulement de la grossesse, sur l'apparition de pathologies, sur le développement du fœtus et sur la gestion de la période périnatale.

L'enquête de terrain, présentée dans la deuxième partie et détaillée dans la troisième, a permis de dégager plusieurs constats. La tranche d'âge dominante de l'échantillon se situait entre 25 et 35 ans, et les participantes avaient déjà connu une grossesse, donc une expérience de la pratique du sport durant cette période particulière de leur vie. Les médias abordent peu la question du sport en situation de grossesse. Les participantes ont elles-mêmes tenu à en discuter, avec pour préoccupations premières les signes d'arrêt de l'activité, le

type de sport à pratiquer et les modalités de pratique. Selon leurs dires, les praticiens en charge du suivi de leurs grossesses n'étaient pas à l'aise sur le sujet. Lorsque les recommandations sur les modalités de pratique n'étaient pas respectées, les participantes faisaient face à des complications, notamment des menaces d'accouchement prématuré, des accouchements prématurés, l'hypertension artérielle et le diabète gestationnels avec leurs complications, ou encore l'obésité. Enfin, aucune recommandation adaptée au contexte socio-culturel local ne pouvait servir de socle à une véritable organisation de cette part importante de la prise en charge des femmes enceintes sportives au Cameroun.

Les recommandations formulées dans le dernier chapitre répondent à ces constats et s'adressent aux femmes comme à tous ceux qui les accompagnent. La taille réduite de la population d'étude ne permet pas de généraliser ces conclusions. Elles restent néanmoins pertinentes, car elles vont dans le même sens que celles des études occidentales. Il serait donc souhaitable qu'une étude plus étendue soit menée, afin de donner plus de crédit à ces résultats et de les généraliser à l'ensemble de la population camerounaise.