

MARYSE MARTINEAU

Infirmière clinicienne en santé globale, Consultante en allaitement certifiée IBCLC et Fondatrice de l'approche RPM®

Titulaire d'un baccalauréat en sciences infirmières de l'Université Laval, Maryse Martineau possède plus de 16 ans d'expérience clinique auprès des femmes, des nourrissons et des familles, notamment en néonatalogie, en périnatalité et en médecine familiale. Son parcours l'a amenée à développer une pratique infirmière axée sur la prévention, l'éducation thérapeutique et l'accompagnement personnalisé, dans une perspective globale de la santé. Elle s'intéresse particulièrement aux liens entre les habitudes de vie, le stress, le sommeil, la respiration, le mouvement, la santé digestive, les variations hormonales et le bien-être physique et émotionnel. Consultante en allaitement certifiée IBCLC, elle accompagne également les familles durant la grossesse, l'allaitement, le postpartum et les premières années de vie de l'enfant.

Une approche globale et collaborative

Chaque consultation débute par une évaluation infirmière individualisée afin de mieux comprendre la situation de la personne, ses symptômes, ses habitudes de vie, ses besoins et ses objectifs. Maryse propose ensuite des stratégies réalistes et progressives visant à soutenir l'autonomie et l'adoption d'habitudes favorables à la santé. Sa pratique s'intègre dans une démarche interprofessionnelle. Lorsque la situation le requiert, elle travaille en collaboration avec les médecins, IPS, pharmaciens et autres professionnels de la santé afin de favoriser une continuité des soins cohérente et complémentaire.

*Maryse est fondatrice de l'Approche RPM® – **Respiration • Pleine conscience • Mouvement**, une approche infirmière de santé intégrative qui utilise notamment la respiration consciente, l'autorégulation, la conscience corporelle, le mouvement et l'éducation aux habitudes de vie comme outils complémentaires à l'accompagnement clinique. L'objectif n'est pas de remplacer les soins médicaux, mais de compléter la prise en charge en aidant la personne à mieux comprendre les facteurs qui influencent sa santé et à devenir progressivement plus autonome dans son quotidien.*

Champs d'accompagnement

- Santé de la femme
- Préconception et grossesse
- Allaitement et postpartum
- Nourrissons et familles
- Fatigue et stress
- Sommeil
- Santé digestive
- Douleurs persistantes
- Habitudes de vie
- Gestion du poids
- Prévention et santé globale

« Prévenir plutôt que guérir. Accompagner plutôt que traiter. Redonner aux personnes les moyens de reprendre leur santé et leur bien-être en main. »