

Conseils pour le bien être de Bébé

❁ **Le point sur la mort subite du nourrisson après le drame d'Audincourt**

Étouffée par son double matelas ou victime de la mort subite du nourrisson, on ignore pourquoi Marha, 9 mois et demi, a perdu la vie le 7 juin 2012. Retour sur ce syndrome brutal et sur les gestes préventifs.

Le 7 juin 2012, en Franche-Comté, une petite fille âgée de 9 mois et demi est décédée dans un lit-parapluie, chez sa gardienne. « Les policiers ont conclu à une mort subite du nourrisson », ont expliqué les parents de la petite Marha à l'[Est Républicain](#).

Le lendemain, une autopsie a été réalisée à Besançon. « J'ai eu le médecin des urgences pédiatriques (...) au téléphone. Elle m'a certifié que ma fille était décédée après une asphyxie », a assuré Assia, la mère de l'enfant.

Mort subite ou étouffement, pour l'instant, aucune preuve ne permet d'en savoir plus. Les parents envisagent eux des poursuites judiciaires. La mère affirme toujours de l'Est Républicain **que « la gardienne avait posé un second matelas dans le lit-parapluie. »** Pour les parents, « Marha s'est étouffée entre la paroi du second matelas et la toile du lit. ».

• **Prévenir l'asphyxie et la mort subite du nourrisson**

Même si la cause de la mort de la petite Marha ne met pas tout le monde d'accord, ce tragique fait-divers démontre une fois de plus que les recommandations pour [bien coucher son bébé](#) sont loin d'être inutiles.

Coucher son bébé sur le dos: indispensable!

Si l'on a cru longtemps qu'il valait mieux coucher les bébés sur le ventre, c'est parce que l'on pensait éviter ainsi l'obstruction des voies aériennes par une éventuelle régurgitation.

Aujourd'hui, on sait que l'immaturation des fonctions respiratoire et cardiaque est en cause. Celle-ci persiste plusieurs mois puisque l'horloge interne des centres nerveux de commande se règle très progressivement. C'est surtout entre 2 et 4 mois que votre bébé est très fragile. Si votre nourrisson est couché à plat ventre, il inspire un air confiné, celui qu'il a rejeté à l'expiration. Son thorax est gêné pour se déployer. Pour peu qu'il soit engoncé dans un drap ou que l'atmosphère soit surchauffée, tous les facteurs se renforcent pour entraver la bonne oxygénation de ses centres de commande. Dans cette position, donc, un bébé immature qui fait déjà de grandes pauses respiratoires est encore plus sensible ! Voilà pourquoi vous devez appliquer à la lettre les consignes de couchage.



Les rythmes dans une journée d'un enfant

Les principaux rythmes à ne pas faire l'impasse :

- 📅 Les heures à respecter du coucher et de la sieste
- 📅 Les heures à respecter des repas
- 📅 Les heures pour se laver
- 📅 Les moments pour jouer
- 📅 Les moments de calme, de calins



DES ACTIVITES BIEN DOSEES :

Très vite nos bébés, s'intéressent à ce qui les entourent. Sons, couleurs, formes, attirent leur attention. De nouveaux ateliers d'éveil de toutes sortes leur sont proposés. Qu'il s'agisse d'éveil corporel ou d'éveil à l'art et à la culture, ou encore de langues étrangères... alors, pourquoi ne pas en faire profiter nos chers petits anges ?

Toutefois, **ne cumulez pas les activités** hors de la maison. Les enfants ont suffisamment de choses à apprendre et à enregistrer (notamment la marche, la parole, la propreté...). Même si les petits ont une certaine facilité d'apprentissage et de l'énergie à dépenser, une ou deux activités par semaine suffisent amplement.

Surtout **ne jamais le forcer** ! Pour toute activité, qu'elle soit physique ou non, il est important de laisser l'enfant choisir, ou du moins de lui demander son avis avant et après la première séance.

Site d'éveil : <http://www.teteamodeler.com/eveil/index2.asp>

PREVENIR DES ACCIDENTS DOMESTIQUES :

Ils sont la plus grande cause de décès infantile, dû à un manque de vigilance de la part des adultes.

Les nourrissons qui ne se déplacent pas encore sont plus à l'abri que leurs aînés "touche à tout". Il y a pourtant déjà quelques précautions à prendre :

- **Dans son lit**, oubliez couverture, draps et couette, préférez une gigoteuse bien plus sûre.
- **Ne laissez rien à portée de main** du bout'chou (sac en plastique, ciseaux, ruban ou ficelle, trombones, stylo, bijoux,...)

Il faut veiller à "sécuriser" la maison

- **Ne jamais le laisser seul**, sans surveillance, dans son bain, en hauteur, sur une surface instable, ou à portée de main de son aîné parfois brusque.
- **Ne jamais le prendre dans vos bras lorsque vous cuisinez** ou si vous portez un liquide chaud (thé, café,...), les bébés sont brusques et leurs gestes incontrôlables.
- **Ne lui donnez jamais de bonbon** (risque d'étouffement)

Lorsqu'il se déplacera ces attentions particulières seront toujours indispensables mais de nouvelles mesures seront à prendre, surtout que bébé est plus curieux et les interdictions sont valables sur le moment mais il les oublie très vite...

POUCE/TETINE :



Téter est un besoin physiologique, un réflexe inné pour s'alimenter. Mais aussi, un besoin de rester proche de sa mère.

Les trois premiers mois, si l'enfant est satisfait sur le plan alimentaire (nourri à la demande et pas sur horaires fixes), il n'éprouvera pas la nécessité de sucer son pouce ou une tétine. Par la suite, ce réflexe se transforme en découverte du corps, de leurs mains, des doigts et devient une autosatisfaction. Il permet au bébé de se rassurer, de consoler ses chagrins, de s'apaiser et l'aide à trouver son sommeil.

Il est important de ne pas interdire cet action à votre bébé car cela pourrait entraîner une frustration.

Ce besoin peut alors être dû aussi à une séparation trop précoce avec la mère, qui doit confier son enfant à autrui, cela est beaucoup plus fréquent dans nos pays industrialisés. En effet, sur les continents asiatiques et africains, les bébés la plupart du temps nourris au sein restent plus longtemps aux côtés de leur mère, et peuvent téter à volonté, ce besoin est alors quasiment exclu.

A notre époque, plus de 80 % des nourrissons cherchent à satisfaire le besoin de succion, que ce soit par l'intermédiaire de leur pouce (parfois l'index ou plusieurs doigts), d'une tétine ou de tout autre objet (un linge, une peluche...). Sachez qu'un enfant sur deux suçant son pouce le fait jusqu'à ses 6 ans.



Si bébé a un grand besoin de téter, vous n'êtes pas une mauvaise mère pour autant ! Cette envie est aussi l'expression d'un bien-être. Lorsque l'enfant est en harmonie avec son environnement, cette envie est faible et ponctuelle. Cependant si l'enfant éprouve ce besoin de façon excessive, quasi-permanente, (seulement dans ces cas-là) prenez cela comme un signal d'alarme, un besoin psychologique dû à une frustration, à laquelle il faudra remédier.

Afin d'éviter que cela ne se transforme en réflexe conditionné, **l'on conseille, quel que soit l'objet de succion, de le limiter à des moments bien précis de la journée** (les siestes, les chagrins) et d'essayer de l'ôter définitivement (ou presque) à partir d'un certain âge.

Au fil des mois et de son développement, bébé aura de nombreux et nouveaux centres d'intérêts. Il abandonnera alors petit à petit son pouce, ou sa tétine (dans ce cas avec votre aide).

De plus : L'inventeur de l'objet transitionnel, DW Winnicott est clair dans son oeuvre : la période

transitionnelle s'étend chez l'enfant du 6ème mois aux environs du 18ème mois, voire de la deuxième année. Ce besoin spontané disparaît avec l'acquisition de la marche et de la parole. Or la « sucette » et le « doudou », objets apportés par l'adulte se prolongent bien au-delà de cette période transitionnelle. Ainsi, si la crèche ou l'assistante maternelle peut encore accompagner cette période, la scolarisation devrait signifier que le doudou doit rester à la maison, qu'il relève de la sphère privée et non de la vie sociale.

POUSSEES DENTAIRES :

Elles sont propres à chaque enfant, en voici les grandes lignes:

- bébé salive, bave plus qu'à son habitude,
- il cherche à mordiller
- gencives boursouflées et rouges ,

- joue rouge à l'endroit où la dent perce,
- il peut être plus irritable, plus agité la nuit et/ou le jour),
- érythèmes fessiers,
- fièvre très modérée.

Donnez-lui quelque chose à mordiller en plus de son poing ou sa tétine. Pour les enfants de plus de 6 mois et seulement ceux-là, donnez un morceau de carotte (assez long pour ne pas qu'il l'avale), ou un croûton de pain, un biscuit pour bébé. Si l'enfant est déjà assez costaud, contentez-vous d'un hochet ou d'un anneau de dentition qu'il pourra mordiller tout à son aise. Massez-lui la gencive avec votre doigt propre associé à un gel dentaire anesthésique sur prescription d'un médecin, c'est parfois suffisant pour calmer la douleur (pas plus de 4 fois par jour). Une fois que la dent a percé la gencive, bébé est enfin soulagé, enfin jusqu'à la prochaine poussée !



Les conditions favorables a un bon endormissement de l'enfant :

Lorsque je couche un enfant pour sa sieste, je prends les précautions suivantes :

- faire attention que la température de la chambre soit entre 18 et 20°C.
- vérifier que le tour de lit soit bien accroché et que rien n'encombre le lit.
- coucher sur son dos.
- Mettre l'enfant dans une turbulette ou gigoteuse pour sa sécurité. Pas d'oreiller ni couette.
- vérifier qu'il a bien son doudou et si il en a l'habitude, sa sucette, rien d'autre.
- ne fermer pas les volets pour les siestes (entrebâillé juste pour masquer le soleil direct).
- ne le bordez jamais.

Pour un bon endormissement, respectez son rituel de coucher pour qu'il s'endorme paisiblement notamment avec son doudou dans un environnement calme et sain.

On conseil un lit rigide à barreaux avec un matelas ferme, bien adapté aux démentions du lit.

L'on peu dire que l'heure idéal de l'endormissement d'un jeune enfant pour la sieste est 14h (décalé de plus ou moins une heure suivant les individus).

Attention aux tapis-puzzle



Frédéric Lefebvre, secrétaire d'Etat à la consommation, a annoncé, lundi 13 décembre, la suspension pour trois mois de la vente des tapis-puzzle pour enfants en raison de leur possible nocivité et a appelé à la vigilance ceux qui en possèdent déjà. M. Lefebvre avait demandé à la direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes de contrôler la toxicité de ces objets, *récemment interdits en Belgique. Le gouvernement belge avait justifié sa décision en expliquant que "la quasi-totalité des tapis mis en vente émettaient un niveau trop élevé de particules nocives, notamment de formamide"*, un produit chimique industriel cancérigène. Le secrétaire d'Etat avait demandé à son homologue belge de lui communiquer les analyses scientifiques en sa possession avant de prendre une décision.



"IRRITANTES POUR LES YEUX ET LA PEAU"

Les tapis-puzzle, généralement destinés aux petits enfants, sont fabriqués en une sorte de plastique caoutchouteux semblable à celui utilisé pour les revêtements de sol de centres aérés ou de tapis de gymnastique. Plusieurs associations, notamment en Belgique, en Italie et en Espagne, affirment depuis 2009 que ces objets contiennent des substances destinées à les assouplir qui sont *"nocives lorsqu'elles sont inhalées ou ingérées et irritantes pour les yeux et la peau"*.

L'association française de défense des consommateurs prône *"le principe de précaution"*, estimant qu'il faut *"absolument et immédiatement retirer les tapis-puzzle de la vente"* dès lors qu'il *"y a un risque"* pour les enfants et que ce *"risque est identifié"*. *"Ce serait à l'honneur des fabricants qu'ils retirent d'eux-mêmes ces produits de la vente"*, a jugé sa présidente, Reine-Claude Mader, assurant que les doutes sur ce produit *"sont étayés par de solides études"*. Le gouvernement belge est pour l'instant le seul à avoir interdit définitivement la vente du tapis-puzzle sur son territoire. *"Nous anticipons en fait une décision européenne qui interdira les formamides dans tous les pays de l'UE à partir de 2013"*, expliquent les autorités belges.

La maladie pied-main-bouche, qu'est-ce que c'est ?

Bébé a attrapé la fameuse maladie pied-main-bouche ? c'est une maladie virale bénigne très contagieuse...

Les symptômes de la maladie pied-main-bouche :

petits boutons au niveau de la bouche, des mains et des pieds... le responsable de l'affection ? C'est un **virus** – un dénommé coxsackie – plus actif en été et en automne.

Il se transmet par la salive, les sécrétions nasales et au contact des selles infectées. Et, une fois le virus bien installé dans l'organisme, la maladie pied-main-bouche met **2 à 10 jours pour se déclarer**, touchant principalement les enfants de un à cinq ans.

Si Bébé a aussi des petites vésicules dans la bouche (comme des petites cloques encerclées de rouge), un peu de **fièvre**... le diagnostic est confirmé.

Des biberons toxiques

Une étude démontre que les biberons en plastique des marques les plus connues dégagent un produit toxique,

le bisphénol A

Un produit chimique entrant dans la composition de plus de 90 % des biberons de plastique vendus se retrouve dans la préparation lactée, le lait ou tout autre liquide consommé par les bébés. C'est ce que nous révèle une étude rendue publique aujourd'hui par Défense environnementale. Ce produit chimique, le bisphénol A, est connu pour causer un dérèglement hormonal et est associé à diverses conséquences nocives pour la santé, dont le cancer du sein et de la prostate, la puberté précoce chez les fillettes, le déficit de l'attention et l'hyperactivité, ainsi que l'obésité.