

Porter bébé



Gwenola, Le Cocon ©

Parler du portage des bébés nous semble important, car il représente un des outils possibles pour limiter les temps où la tête de l'enfant est en appui sur une surface (parc, transat, cosy, poussette), et par ce biais, en ajout aux autres mesures de repositionnement, il peut représenter une aide non négligeable pour conserver la jolie forme de tête de votre bébé, ou limiter les impacts dessus si une déformation est naissante. Cela participe aussi à son éveil et à son développement. Les petits hommes ont toujours été portés, et on constate toujours aujourd'hui que les bébés ont gardé ce réflexe d'agrippement. Beaucoup d'écrits s'accordent à dire que cela profite au bon développement physique, moteur, neuronal, et de bien-être du bébé.

Bien porter bébé ?

Porter bébé présente beaucoup d'avantages, mais, comme toute chose, il est important que cela soit fait correctement, en respectant la physiologie du bébé, les règles de sécurité, et votre corps à vous aussi. Pour connaître les règles de sécurité et de physiologie reportez vous sur notre site rubrique «Porter bébé».



Graine en Bulle ©



Axelle, Kangourutz ©



Marilyn, Bouilles de bébés ©

Comment porter, avec quoi ?

On peut porter à bras, en ventral, sur le côté ou en dorsal. Le portage ventral est souvent plébiscité et préconisé pour un tout petit. Dès qu'ils grandissent un peu, et que la curiosité commence à se faire sentir, on peut aussi alterner avec un portage latéral. Enfin, au bout de quelque temps, on pourra passer en portage dos. Les porte-bébés possibles sont : écharpes, sling, meitai, préformés et portages d'appoints.

Pour en savoir plus : où apprendre ?

Il est recommandé de consulter une monitrice afin d'avoir les bases mais aussi pour tester les différents moyens de portage. Vous pouvez consulter les sites de : l'AFPB, Porter Simplement, PSETUA, IEFAP, Peau à Peau, L'école à porter de JPMBB... et il existe aussi des associations, retrouvez tous les liens sur notre site.

Qui sommes nous ?

En janvier 2011, l'association Plagiocéphalie Info et Soutien a vu le jour, à l'initiative de parents d'enfants atteints qui souhaitent informer très largement pour éviter que d'autres familles passent par les mêmes mésaventures pour soigner leurs enfants allant parfois jusqu'à des traitements par orthèses sur plusieurs mois. Il est important que la prévention se développe face au nombre croissant de plagiocéphalies. Prévenir, aider professionnels, familles et bébés sont nos buts premiers.



C.C ©

Nos objectifs :

- > informer et sensibiliser le public sur les déformations crâniennes du nourrisson, notamment auprès des parents d'enfants atteints, auprès du corps médical et des pouvoirs publics;
- > développer largement la prévention dans ce domaine;
- > proposer aux personnes intéressées des moyens d'échanger et de partager autour de ces déformations;
- > promouvoir l'accès égal aux soins pour tous les enfants souffrant de ces déformations, notamment en militant pour le développement de structures de soin sur le territoire français et la prise en charge de ces traitements par la Sécurité Sociale.

Attention : cette plaquette concerne les déformations positionnelles, c'est à dire sans fermeture prématurée des sutures crâniennes (=craniosténose dont le seul traitement est chirurgical). Prévention et traitement par orthèses s'appliquent uniquement dans ce cadre.

Nous contacter :

Mail : asso.plagiocephalie@gmail.com

Adresse : 6 rue Olivier de Serres 35850 Romillé.

Site web : association-plagiocephalie-info-et-soutien.fr

Blog parent : plagiocephalie-moncombat.blogspot.fr

Retrouvez-nous aussi sur
facebook, Twitter, LinkedIn

Association Plagiocéphalie Info et Soutien



C.A ©

Parce qu'on les aime
de la tête aux pieds
La prévention
des déformations crâniennes
positionnelles avec
le repositionnement et le portage



Prévention pourquoi ?



Leslie.F ©

Chaque année, environ 800 000 enfants naissent en France. Depuis les années 94, les déformations crâniennes positionnelles ont augmenté d'environ 600%. De récentes statistiques parlent d'un enfant sur deux à sur trois touchés à divers degrés par ces déformations et le constat est accablant : les informations circulent mal ou peu. Il est donc primordial d'informer à ce sujet, de sensibiliser pour que chacun puisse savoir ce qu'est une déformation crânienne positionnelle : comment la reconnaître, comment la prévenir et le cas échéant, comment la soigner.

Retrouvez plus de détails sur les déformations, les causes, les facteurs de risques, les conséquences, les gestes de prévention, l'orthèse et plus encore sur notre site web ou les autres plaquettes de l'association.

Repositionnement ?

Le principe :

Le repositionnement consiste essentiellement dans la variation des positions du bébé, tout se joue sur la mobilité du bébé et l'éviction des positions bloquées et statiques sur de nombreuses heures. Les techniques et les possibilités sont de ce fait nombreuses. L'alternance en est la clé.



A partir de quand ?

S.D ©



S.D ©

Dès que bébé est là, il est important d'être vigilant à son positionnement. Pour un tout petit, cela se fait en douceur et dans le respect de sa physiologie et de son développement moteur. Au fur et à mesure qu'il grandit, le repositionnement s'adapte avec les évolutions motrices de celui-ci. La motricité libre fait intégralement partie de ce processus, et prend de plus en plus d'importance au fil des mois.

Pourquoi ?

Au départ, bébé dort énormément et passe beaucoup de temps en décubitus dorsal, dans une position statique ou presque. Bébé a le crâne encore très malléable, et les

petits traumatismes de l'accouchement sont encore présents (blocages éventuels, sortie instrumentalisée, travail long...) De plus, au départ, les temps d'éveil sont peu nombreux, et ils sont, de ce fait, primordiaux. Être attentif au positionnement de son bébé a plusieurs effets. Déjà cela permet d'être attentif à bébé lui-même, l'observer, et être certain qu'il n'ait pas de blocage au niveau du cou, dans sa mobilité en général, pas de torticolis, et qu'il aille bien. Lui proposer des variations de positions dès le départ contribue à prévenir les déformations crâniennes positionnelles et permet également de favoriser son développement psychomoteur. Il appartient aux familles de panacher entre toutes les techniques pour entrer dans un quotidien qui aidera le nourrisson et son bon développement.

Dans les faits ?

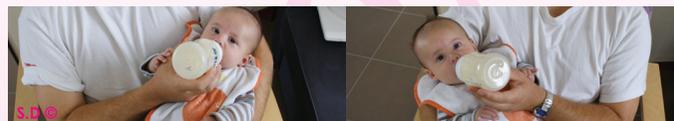
Portage à bras, genoux, ventre à ventre...



- On peut avoir plusieurs solutions de variation de position pour bébé, l'important est de toujours tenir compte de son âge, de sa tonicité et de son bien-être. Toujours assurer un soutien par sa base et de l'arrière de sa tête tant qu'il ne la tient pas.

Particularité du biberon :

On pense bien à alterner les positions d'alimentation pendant et à chaque repas comme on le ferait avec une alimentation au sein.



On limite voire on évite :

- On ne laisse pas dormir un enfant dans un dispositif de transport et on évite de se servir de ces dispositifs pour poser l'enfant plusieurs heures. On limite l'utilisation du transat à de l'usage ponctuel aussi.

- Soyez attentif à la position de tête de bébé, si elle est toujours inclinée, consultez vite un ostéopathe et un kinésithérapeute pour vérifier ce qui peut gêner bébé.

Focus temps sur le ventre

Appelé également «tummy time», les recommandations des organisations de santé préconisent pour un bébé entre 0 et 2 mois, d'atteindre 30 mn/jour de temps sur le ventre lors de l'éveil. Entre 2 et 4 mois on doit arriver progressivement entre 45mn et 1h30/jour. Ce temps ne représente qu'une partie du repositionnement, le reste étant basé sur la motricité libre et l'alternance des positions. Il faut respecter quelques règles :

Quand	Procédé	Familiarisation	Où et comment
Que lors des temps d'éveil	Par palier de 10sec on augmente progressivement	Peau à peau, ventre à ventre, commencer à mettre quelques secondes sur le ventre lors des changes	- Surface plane, dégagée et sécurisée, avec les parents. - Ne doit pas être la seule chose proposée, tenir compte du développement moteur de son bébé

Association Plagiocéphalie Info et Soutien ©

Et sur le ventre, que peut-on faire ?



La motricité libre en images, c'est quoi ?



La motricité libre, c'est laisser l'enfant acquérir naturellement, sans intervention de l'adulte, les différentes positions inhérentes à son développement moteur en le laissant se mouvoir librement.

En cas de déformation positionnelle déjà présente, il conviendra néanmoins de limiter les impacts sur la région qui s'aplatit chez le tout-petit (avant 3 ou 4 mois).

NB : il est impossible d'expliquer ici, en détail, toutes les subtilités du repositionnement ni toutes les étapes de la motricité du bébé, sans compter les cas particuliers (hypertonie, hypotonie, bébé reflux etc).