

PORTEZ VOTRE BÉBÉ !

Contre vous, vous pouvez mettre votre bébé sur le ventre et alterner sa rotation de tête.

Pour l'allaitement comme pour le biberon, veillez à changer le côté.

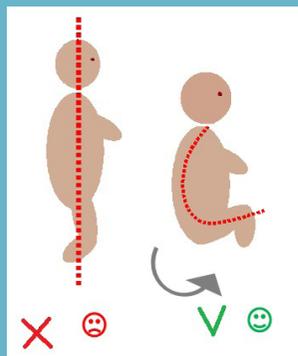
Penser à varier les positions.

Le portage permet de favoriser l'acquisition de la motricité de votre enfant. Vous pouvez utiliser une écharpe, un porte bébé ou un sling suivant vos préférences.



CLERMONT-FERRAND

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE



Votre bébé doit être bien positionné :

- Dos arrondi, tête droite
- Visage découvert
- Genoux plus hauts que les hanches
- A bonne hauteur : à portée de votre regard
- Ses mains doivent pouvoir venir facilement à sa bouche.

En cas de questions, consultez votre médecin ou votre kinésithérapeute.

n° GED MOBEX-DocCom-DIP-002
impression en interne - 1000 exemplaires

création : service communication avec l'équipe de kinésithérapeutes (pôle MOBEX) et des pédiatres
(pôle FEE - maternité) du site Estaing - CHU de Clermont-Ferrand
sources images : CHU de Clermont-Fd, pixabay ou pexels

DÉVELOPPER LA MOTRICITÉ DE VOTRE BÉBÉ ET ÉVITER LA PLAGIOCÉPHALIE

LA PLAGIOCÉPHALIE

La plagiocéphalie correspond à l'aplatissement de l'arrière du crâne d'un nourrisson, parfois dès la naissance mais surtout au cours des deux premiers mois de vie.

Pour limiter le risque d'aplatissement, votre enfant doit pouvoir bouger sa tête régulièrement



QUE FAIRE POUR L'ÉVITER ?

- **DANS LE LIT** : **Bébé dort uniquement à plat dos.**



Dès la maternité, alterner le positionnement de la tête lors de l'endormissement lui permet de découvrir qu'il peut tourner la tête de chaque côté.

Vous pouvez modifier la position de votre enfant dans le lit (pieds à la tête), ou inverser le sens du lit afin que la localisation des stimulations (lumière, fenêtre, musique...) varie.

Afin qu'il puisse voir et connaître son environnement, préférez un lit avec visibilité sur les côtés.



- **TRANSPORTS ET INSTALLATION**

Eviter les appuis prolongés sur plans rigides ou les « contenants » qui empêchent votre enfant de tourner la tête (coques de transport, cosy, les transats, « doumou », coussin cale-tête).

Tous les dispositifs qui maintiennent sa tête doivent être réservés aux trajets en voiture.

- **EN ÉVEIL** : **Bébé ne vit pas que sur le dos !**

Durant la journée, positionner régulièrement votre bébé sur le ventre quand celui-ci est bien réveillé en particulier après le change. Vous pouvez le laisser plusieurs minutes dans cette position en restant à ses côtés. Il apprendra ainsi à découvrir de nouvelles sensations.



Pour le retourner, placer votre bébé d'abord sur un côté puis sur le ventre.



Pour que votre enfant conserve la curiosité de regarder sur les côtés, n'abusez pas des mobiles et des arches.

Votre bébé apprend à mieux bouger en votre présence. C'est un moment de partage et d'échange favorable à un bon développement moteur.



Vous pouvez également l'installer sur un tapis d'éveil sur de courtes périodes et augmenter la durée au fur et à mesure qu'il grandit, tout en le surveillant.

Utiliser des contrastes noirs et blancs, pour **stimuler sa curiosité et l'inciter à tourner la tête.**

