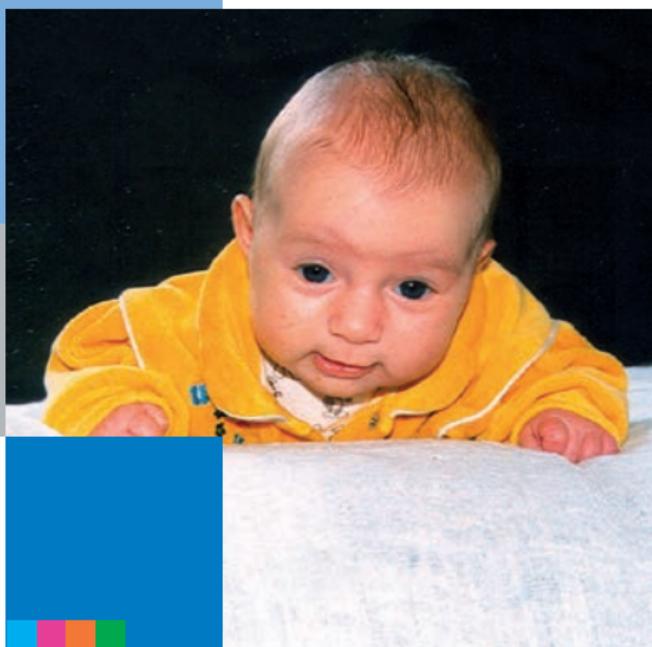


Prévenir la «tête plate» chez le nourrisson

Conseils aux parents



Qu'est-ce que la plagiocéphalie positionnelle ?

La plagiocéphalie positionnelle, appelée dans le langage commun «tête plate», est une déformation inesthétique, mais sans conséquence sur le développement du cerveau de l'enfant.

La déformation peut se produire lorsque le bébé est trop souvent installé sur le dos et garde la tête dans la même position.

Les muscles du cou sont faibles chez le bébé, de sorte qu'il a tendance à toujours tourner la tête du même côté lorsqu'on le couche sur le dos. Comme le crâne des bébés est malléable, la pression peut déformer les os et aplatir la partie de la tête qui repose sur le matelas.



Que faire au quotidien ?

Cette déformation est fréquente. Elle peut être évitée dans la majorité des cas en suivant ces conseils :

- changez la position de sa tête lorsqu'il dort
- alternez au moins deux fois par jour la position.



Une fois
à droite



Une fois
à gauche

Couchez votre bébé sur le dos pour dormir. Cette position est la plus sûre. Les bébés qui dorment sur le dos ont beaucoup moins de risques d'être victimes de syndrome de mort subite du nourrisson.



Variez les positions lorsqu'il est éveillé

Prenez-le souvent dans vos bras en le tenant en position ventrale. En votre présence, installez votre bébé sur le ventre plusieurs fois par jour : à la sortie du bain, au moment de le changer, pour jouer...

Laissez votre enfant dans le babyrelax, ou dans une balancelle uniquement pendant de courtes périodes.

Lorsque votre trajet en voiture est terminé, sortez votre bébé du siège auto, même s'il dort.



Conseils pratiques

Comment faire si votre enfant n'aime pas être sur le ventre ?

Au début, votre bébé n'aimera peut-être pas passer du temps sur le ventre. Il va se sentir limité dans ses mouvements et tenir sa tête haute lui demandera un effort. Commencez par de courtes périodes et à des moments où votre bébé est calme.

Pour l'habituer et pour rendre ces moments agréables :

- posez votre bébé sur une surface plane et ferme avec des jouets
- glissez un rouleau sous le haut de son thorax
- placez-vous à sa hauteur pour jouer avec lui
- mettez de la musique ou un mobile musical pour que votre bébé cherche d'où elle provient
- installez votre bébé dans des endroits différents pour lui permettre d'explorer de nouvelles choses. Peu à peu ses muscles se renforceront et il sera plus agréable pour votre bébé de passer du temps sur le ventre.

Contacts

Sont à votre disposition pour vous aider :

- la sage-femme du domicile
- le pédiatre de votre enfant
- la consultation infirmière pour les jeunes enfants de la FSASD de votre quartier.

Pour en savoir plus

Voici quelques liens utiles où retrouver des informations complémentaires :

- le site de la société suisse de pédiatrie
➔ www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/position_bebefr.pdf
- le site de la société canadienne de pédiatrie
➔ www.soinsdenosenfants.cps.ca

Ce dépliant est disponible sur le site internet de la Maternité des HUG :

- ➔ <http://gyneco-obstetrique.hug-ge.ch>
Allez sur la rubrique *infos patientes*, puis dans *Maternité/obstétrique*. Cliquez ensuite dans le menu de gauche sur *conseils pratiques*.

Cette brochure a été rédigée par le groupe de travail maternité/pédiatrie avec la collaboration de Françoise de Tonnac, ergothérapeute, et du docteur Bénédicte Rilliet, neurochirurgien.