

# Prévention des déformations crâniennes positionnelles et du torticolis chez le nouveau-né et le nourrisson

Toutes les activités proposées sont à réaliser en phase d'éveil et sous surveillance, sans oublier que lors des phases de sommeil, bébé doit dormir exclusivement sur le dos.

## 1 SOMMEIL

- **SUR LE DOS**, dans un lit sans doudou, sans tour de lit, sans coussin ni cale tête
- Varier le sens de couchage dans le lit : une fois les pieds à la place de la tête et inversement



## 2 PORTAGE

- Sortir le bébé du lit en lui mettant une main sous la tête/épaule et l'autre sous les cuisses / fesses. Ne pas prendre l'enfant sous les deux bras
- L'enfant a besoin d'être porté : dans les bras, en écharpe de portage, dans un porte-bébé physiologique, en variant les positions
- Dans le porte-bébé ou l'écharpe, veiller à ce qu'il soit bien regroupé (genoux au-dessus du bassin et pas jambes pendantes) et que le nez et la bouche soient en permanence bien dégagés



## 3 INSTALLATIONS

- Si l'enfant n'est pas dans les bras, privilégier un tapis d'éveil grand, ferme et pas trop épais
- Le transat et le siège auto sont à réserver pour les transports en voiture ou en période d'éveil pour un temps court
- Assurer un bon alignement tête-corps-fesse pour permettre une bonne respiration
- Pour la position assise, attendre que l'enfant ait la force de le faire seul



## 4 STIMULATIONS

- Le bébé a besoin d'interactions : lui parler, le regarder, le câliner, sans écran interposé
- Encourager les mouvements des membres et de la tête de chaque côté en jouant avec lui



## 5 PHASES D'ÉVEIL

- Varier les positions plusieurs fois dans la journée
- Bébé peut être positionné sur le dos sur son tapis d'éveil avec de l'espace pour bouger
- Le plat ventre est proposé sous surveillance uniquement. Il est nécessaire d'accompagner le passage sur le ventre pendant les changes pour reboutonner le pyjama par exemple ou pendant des instants de jeu (utiliser des miroirs, des sons, des livres et des hochets pour l'encourager à apprécier cette position)
- Le jeu est aussi possible sur le côté en plaçant l'avant-bras de l'adulte dans le dos du bébé et en proposant une stimulation en face à face



## 6 SUCCION

- Qu'il soit nourri au sein ou au biberon, alterner le portage sur le bras droit et sur le bras gauche de l'adulte



## 7 CONSEILS EN CAS DE TÊTE PLATE

- Une fois l'enfant endormi, positionner manuellement sa tête sur la partie la plus arrondie de son crâne
- A l'éveil, encourager l'enfant à tourner sa tête du côté où le crâne est arrondi avec des stimulations (lumière, etc.)
- Ne jamais forcer l'enfant mais plutôt accompagner la rotation naturelle de sa tête