

LIBÉREZ LES BÉBÉS !

● ● ● Pour ma motricité... osez la simplicité !



Un risque de **plagiocéphalie*** ou un **torticolis** a été dépisté chez votre enfant.

Ce mémo vous accompagnera au quotidien mais il ne remplace pas les soins éventuels.

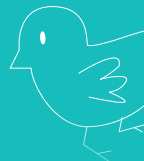
Les recommandations qui y figurent peuvent être adaptées par les professionnels qui suivent votre enfant.

N'hésitez pas à demander conseil si leur application est difficile.

Je multiplie
les temps d'éveil
à plat ventre
20mn/jour
en cumulé

Je limite
les dispositifs
contenants,
type cosy/transat,
à 1h30/jour

Je fais
dodo
sur le dos



*plagiocéphalie : syndrome de la tête plate



Pour en savoir plus : www.chu-dijon.fr/fr/usagers-patients/espace-info-sante/enfant-motricite

LE DÉPARTEMENT
femme
et enfant
PÉRINATALITÉ

CHU
Dijon Bourgogne



➤ **À l'éveil**, j'offre à mon enfant la liberté de bouger en lui proposant régulièrement le **tapis d'éveil**, en le sollicitant (jeux, sons) vers son côté négligé et **en variant sa position** (ventral, côté). Si arche d'éveil il y a, je le déplace vers son côté défavorisé.

➤ **Je limite tout dispositif contenant** (cosy, transat, coussins divers) aux transports ou à de rares moments, afin de ne pas dépasser 1h30/jour. Je profite du bain pour le laisser bouger librement dans un fond d'eau **sous surveillance**.



➤ **Pendant les repas**, je m'aide du biberon pour attirer sa tête vers son côté négligé, ou je veille à ce que sa tête soit stimulé des deux côtés si je l'allaite.

➤ **Pendant le change**, je lui propose un petit temps à plat ventre, notamment si ses habits s'accrochent par l'arrière.

➤ Je préfère **le portage** à la poussette, et je laisse si possible le cosy dans la voiture pour les petits déplacements. Je veille à lui proposer de regarder le monde par son côté délaissé.

➤ La nuit, la règle "**DODO sur le DOS**" ne change pas. J'essaie de lui faire reposer sa tête du côté inhabituel et pour m'aider, si mon enfant est petit, je peux lui surélever la fesse avec un petit doudou ou sa turbulette.

