

But

Accroître les connaissances sur les soins et la sécurité du nouveau-né et sur l'importance de développer un attachement sécurisant.

Objectifs

À la fin du module, les personnes participantes seront en mesure de décrire :

- Certaines caractéristiques typiques du nouveau-né.
- Les procédures habituelles pratiquées après la naissance.
- Les tests de dépistage routiniers pour le nouveau-né offerts aux parents.
- Les conseils importants sur la sécurité liée au siège d'auto, au lit d'enfant et au sommeil.
- Les raisons pour lesquelles le bébé pleure, des stratégies pour le calmer et les dangers du syndrome du bébé secoué.
- Les signes pouvant indiquer que le bébé est malade.
- L'importance d'un attachement sécurisant et les moyens de le promouvoir.
- Où s'adresser pour obtenir d'autres informations.

Les participants pourront démontrer ou décrire comment :

- Laver et changer la couche d'un bébé.
- Prendre soin du cordon ombilical.
- Prendre la température axillaire.
- Apaiser un bébé difficile.

Déroulement du module (45 minutes)

1. Présentations et régie interne
2. Caractéristiques du nouveau-né
3. Contact peau à peau
4. Procédures habituelles pratiquées après la naissance
5. Tests de dépistage routiniers du nouveau-né
6. Circoncision
7. Quand visiter le prestataire de soins de santé
8. Activité sur les soins du bébé
9. Sécurité et siège d'auto, lit d'enfant et sommeil
10. Pleurs et signes de sommeil
11. Attachement sécurisant
12. Information supplémentaire

Soins et sécurité du nouveau-né

Matériel

- Ordinateur / portable, projecteur.
- Sac à couches, canard en caoutchouc, couche, thermomètre numérique, eau digestive (Gripe Water) (avec un X sur la boîte pour indiquer que ce produit n'est pas recommandé), jouet aux couleurs vives (p.ex., un hochet), pyjama pour bébé, tricot d'une pièce ou chapeau.
- Poupée représentant un nouveau-né.

Vidéos suggérées

- Attachment Network Manitoba (2014). *Listening to baby*. Disponible à <http://attachmentnetwork.ca/videos/> - en anglais seulement.
- Centre de ressources Meilleur départ (2012). *Attachement / Relations. Bébé en santé – Cerveau en santé*. Disponible à www.bebeensantecerveuensante.ca/lamour-nourrit.htm.
- Parachute et Chevrolet Québec. Guide d'installation d'un siège orienté vers l'arrière. Disponible à www.youtube.com/watch?v=z3vl0TQGqt4

Documentation à distribuer

- Centre de ressources Meilleur départ. *Partir du bon pied* (5e édition si disponible) ou *Un départ en santé pour mon bébé et moi*.*
- Centre de ressources Meilleur départ. *Éducation prénatale, Messages clés pour l'Ontario : Soins du nouveau-né* (PDF) Disponible à www.educationprenataleontario.ca/soins-du-nouveau-ne
- Centre de ressources Meilleur départ. *Éducation prénatale, Messages clés pour l'Ontario : Sécurité du nouveau-né* (PDF). Disponible à www.educationprenataleontario.ca/securite-du-nouveau-ne
- Centre de ressources Meilleur départ (2016). *À quoi s'attendre dans les trois premiers mois avec bébé*.
- Centre de ressources Meilleur départ (2015). *Dors bien en toute sécurité*. (2015). ou Agence de santé publique du Canada. *Sommeil sécuritaire pour votre bébé*.
- Centre de ressources Meilleur départ (2010). *Mon enfant s'attache à moi*.
- Santé Canada. (2012). *Votre enfant est-il en sécurité? À l'heure du coucher*.
- Santé Canada. (2012). *Votre enfant est-il en sécurité?*
- Transport Canada. (2015). *Protégeons nos enfants – Sièges orientés vers l'arrière – Phase 1*.

Sites web

- Centres de l'Ontario pour la petite enfance et la famille
www.ontario.ca/petiteenfance
- Immunisation Canada
www.immunize.ca/fr/about.aspx
- Souffle de bébé (anciennement la Fondation canadienne pour l'étude de la mortalité infantile)
www.souffledebebe.ca

* Si ceci n'a pas déjà été distribué aux participantes.

Soins et sécurité du nouveau-né

- Société canadienne de pédiatrie : Soins de nos enfants
www.soinsdenosenfants.cps.ca
- The Period of Purple Crying (en anglais seulement)
www.purplecrying.info
- Things Dads Do (Dad Central Canada) (en anglais seulement)
www.thingsdadsdo.wordpress.com

Apps

- Immunisation Canada
www.immunize.ca/fr/app.aspx

Bibliographie

Agence de la santé publique du Canada. (2014). *Sommeil sécuritaire pour votre bébé*. Extrait de www.phac-aspc.gc.ca/hp-ps/dca-dea/stages-etapes/childhood-enfance_0-2/sids/index-fra.php.

Centre de ressources Meilleur départ. (2014). *Mon enfant s'attache à moi*. Extrait de www.meilleurdepart.org/resources/develop_enfants/pdf/Mon_enfant_Final.pdf

Dépistage néonatal Ontario. (n.d.) Extrait de www.newbornscreening.on.ca.

Hamer, R. D. ((1990). *What can my Baby See?* (en anglais seulement). Extrait de <http://legacy.ski.org/Vision/babyvision.pdf>.

Institut national de santé publique du Québec. (n.d.). *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans*. Extrait de www.inspq.qc.ca/mieux-vivre.

Ministère des Services à l'enfance et à la jeunesse. (2016). *L'ouïe*. Extrait de www.children.gov.on.ca/htdocs/French/topics/earlychildhood/hearing/index.aspx.

Ministère des Transports (2015). *Choisissez un siège d'auto pour enfant*. Extrait de www.mto.gov.on.ca/french/safety/choose-car-seat.shtml.

NDDS Intellectual Property Association. (2011). *Nipissing District Development Screen - 1 & 2 Months*. Extrait de www.ndds.ca/language-fr.php.

Parachute Canada. (n.d.). *Sièges d'auto – En toute simplicité*. Extrait de www.parachutecanada.org/sujets-blessures/article/sieges-dauto-en-toute-simplicité.

Santé Canada. (2012). *Sécurité des produits de consommation, Habitudes de sommeil sécuritaires pour les jeunes enfants*. Extrait de www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/pubs/cons/sleep-sommeil-fra.php.

Soins et sécurité du nouveau-né

Simkin, P., Whalley, J., Keppler, A., Durham, J., & Bolding, A. (2010). *Pregnancy, childbirth and the newborn: The complete guide* (4th ed.). Minnetonka, MN: Meadowbrook Press.

Société canadienne de pédiatre/ (2016). *Dormir en toute sécurité*. Extrait de www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/safe_sleep_for_babies.

Société canadienne de pédiatrie. (2015). *La fièvre et la prise de la température*. Extrait de www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/fever_and_temperature_taking.

Société canadienne de pédiatrie. (2015). *La circoncision des garçons nouveau-nés : de l'information pour les parents*. Extrait de www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/circumcision

Souffle de bébé. (n.d). *SIDS for Professionals e-Learning* (en anglais seulement). Extrait de www.souffledebebe.ca

Transports Canada. (n.d). *Sécurité des sièges d'auto pour enfants*. Extrait de www.canada.ca/fr/services/transport/routier/securite-sieges-auto-enfants.html

Sac à couches

Objectif : Inciter les couples à commencer à penser et à parler des soins à donner au bébé.

Préparation : Si possible, munissez-vous d'une baignoire pour bébé, d'une poupée et d'une débarbouillette.

Directives : Faites circuler le sac à couches et demandez à chaque couple de prendre un des objets suivants:

1. Canard en caoutchouc
2. Couche
3. Thermomètre numérique
4. Eau digestive
5. Jouet aux couleurs vives (p. ex., hochet)
6. Pyjama pour bébé, tricot de corps d'une pièce ou chapeau

Demandez aux personnes participantes de décrire brièvement leur objet et sa pertinence pour les soins du bébé. Demandez si une personne est prête à démontrer comment donner le bain au bébé, comment prendre soin du cordon ombilical, etc. à l'aide de la poupée. Vous pouvez expliquer les points suivants.

1. Canard en caoutchouc : démonstration du bain du bébé

- Il n'est pas nécessaire de laver le bébé tous les jours.
- On peut le laver dans le lavabo, une cuvette ou une baignoire pour bébé.
- Utilisez du savon doux pour les cheveux et le corps, mais évitez d'en mettre sur son visage (n'utilisez aucun produit parfumé, aucune huile de bain).
- Donnez un bain à votre bébé dans une pièce ou un espace assez chaud.
- Placez une serviette près de la baignoire pour pouvoir y déposer le bébé. Assurez-vous d'avoir toutes les fournitures à portée de main.
- Avec le coude, vérifiez si l'eau du bain est tiède et non chaude.
- Lavez les yeux et le visage en premier et terminez avec les parties génitales et les fesses (du plus propre au plus sale).
- Lavez les yeux à l'eau claire avec une débarbouillette; essayez délicatement en partant du coin interne de l'œil vers le coin externe, en prenant soin d'utiliser une différente section de la débarbouillette pour chaque œil.
- Lavez la partie extérieure de l'oreille avec la débarbouillette, n'utilisez pas de cotons-tiges pour les yeux, le nez, ni les oreilles du bébé, vous pourriez blesser ou érafler la peau délicate du bébé.
- Tenez le bébé dans la position « football » lavez-lui les cheveux avec du savon doux ou du shampoing, rincez à l'eau claire.
- Lavez le corps du bébé en faisant attention aux replis de la peau du cou, des bras, des jambes, etc. Lavez les parties génitales et les fesses en dernier.
- Placez le bébé sur la serviette et essuyez-le en tapotant. N'oubliez pas de bien assécher les replis de la peau.
- Ayez des vêtements chauds à lui mettre parce qu'il aura froid rapidement.

Soins et sécurité du nouveau-né

- Ne laissez jamais le bébé sans surveillance - gardez toujours une main sur lui.
- Santé Canada ne recommande pas d'utiliser les anneaux ou les sièges de bain, car ceux-ci présentent un danger (ils peuvent basculer et le bébé risque de se noyer).
- Profitez du moment du bain pour sourire, établir un contact visuel, chanter et parler à votre bébé.

2. Couche - Changement de couche

- Il se peut que vous ayez à changer la couche du nouveau-né de 10 à 15 fois par jour.
- Lavez-vous les mains avant et après chaque changement de couche.
- Changez la couche du bébé sur une surface sécuritaire et ne le laissez jamais sans surveillance.
- Lavez les parties génitales et les fesses avec une débarbouillette humide et tiède ou des lingettes pour bébé non parfumées. Laissez la zone sécher.
- Pour une fille, essuyez de l'avant vers l'arrière et nettoyez délicatement les replis des lèvres des parties génitales. Il n'est pas nécessaire de nettoyer l'intérieur du vagin.
- Pour un garçon, ne tirez pas sur le prépuce - nettoyez de l'avant vers l'arrière. Assurez-vous de nettoyer sous le scrotum où les selles peuvent se loger dans les plis de la peau. Quand vous mettez une nouvelle couche, pointez le pénis vers le bas.
- Pour prévenir l'érythème fessier (irritation de la peau), changez souvent la couche pour que la peau reste sèche.
- Laissez sécher la région à l'air pendant environ 10 minutes, quelques fois par jour. Évitez les savons, les produits et la lessive parfumés.
- Si vous utilisez des couches en tissu, passez-les au rinçage deux fois ou mettez un peu de vinaigre dans l'eau de rinçage pour diminuer la quantité d'ammoniaque qui s'accumule dans la couche.

Soins du cordon ombilical

- Gardez le cordon ombilical propre et sec jusqu'à ce qu'il tombe de lui-même.
- De l'eau peut être utilisée pour nettoyer doucement le cordon si nécessaire.
- Le cordon tombe habituellement au bout de 1 à 3 semaines, avec une moyenne de 10 à 14 jours.
- Pliez la couche sous le cordon pour l'exposer à l'air et prévenir toute irritation.
- Consultez un prestataire de soins de santé si la peau autour du cordon est chaude au toucher, rouge, enflée ou dégage une odeur nauséabonde.

3. Thermomètre numérique - Prendre la température

- La fièvre est un symptôme et non un diagnostic. La fièvre peut être bénéfique parce qu'elle aide le corps à combattre les infections.
- La Société canadienne de pédiatrie recommande de prendre la température des nourrissons de la naissance à deux ans par voie rectale. Le deuxième meilleur choix est de prendre la température axillaire (sous les aisselles).
- Le bébé fait de la fièvre quand le thermomètre indique plus de 38,0°C ou 100,4°F si la température a été prise par voie rectale. Si la température a été prise par voie axillaire, le bébé fait de la fièvre quand le thermomètre indique plus de 37,3°C ou 99,1°F.
- Pour prendre la température par voie axillaire : (extrait de La fièvre et la prise de température de la Société canadienne de pédiatrie, 2008)
 - Utilisez un thermomètre rectal ou buccal.

Soins et sécurité du nouveau-né

- Nettoyez le thermomètre à l'eau fraîche et savonneuse, puis rincez-le.
- Placez le bout du thermomètre au centre de l'aisselle.
- Assurez-vous que le bras de votre enfant est bien collé sur son corps.
- Au bout d'une minute environ, vous entendrez le signal sonore.
- Retirez le thermomètre et lisez la température.
- Nettoyez le thermomètre.
- Autres signes indiquant que le bébé fait de la fièvre : sa peau est chaude au toucher, vous remarquez un changement dans les tétées et le sommeil du bébé, il est irritable ou il est tout rouge ou très pâle.
- On recommande d'amener les bébés fiévreux de moins de six mois chez le prestataire de soins de santé. Si le bébé a moins de trois mois, il est important de le faire voir immédiatement par un médecin (c'est-à-dire, de ne pas attendre le lendemain).

4. Eau digestive : Apaiser un bébé irritable (boîte marquée d'un X pour indiquer que le produit n'est pas recommandé)

- L'eau digestive (Gripe Water) est vendue sans ordonnance (ce produit peut contenir de l'alcool). On le commercialise comme remède contre les irritations gastro-intestinales mineures, comme les coliques, le hoquet, les crampes, les gaz, etc. Ce produit n'est pas recommandé.
- Au lieu de donner de l'eau digestive au bébé, essayez ces stratégies calmantes: donnez-lui à manger, vérifiez si sa couche est souillée, changez-le de position, tenez-le de façon à ce que son visage soit tourné vers l'extérieur, faites la bicyclette avec ses jambes, frottez-lui délicatement le dos, donnez-lui un bain, tenez-le dans vos bras et marchez dans la maison, bercez-le, faites-lui faire un rot, emmaillotez-le légèrement, etc.
- Le rot entre les tétées aide à faire passer les bulles d'air et à prévenir les régurgitations.
- Positions pour faire le rot :
 - Placez le bébé sur votre épaule, le ventre appuyé sur l'arrondi et glissez la main sous le bras du bébé pour éviter qu'il ne tombe de côté.
 - Asseyez-le sur vos genoux, en soutenant son menton avec le pouce et l'index.
 - Mettez-le à plat ventre en travers de vos genoux.
- Frottez ou tapotez légèrement le dos du bébé pendant quelques minutes. Parfois, on arrive à faire libérer les bulles d'air en changeant simplement la position du bébé.

5. Jouet : Jouer avec le bébé

- Le jeu est essentiel au développement de son cerveau. C'est l'occasion idéale de stimuler tous ses sens. Par exemple, un simple hochet aux couleurs vives et avec différentes textures et sons stimule la vue, l'ouïe, le toucher et même le goût.
- Le jouet le plus important est le visage du parent. Le nouveau-né voit mieux lorsque la personne se trouve à 25 - 30 cm (10 - 12 po), soit exactement la distance à laquelle se trouve son visage quand vous l'allaitez ou le tenez dans vos bras.
- Pour favoriser l'attachement sécurisant et le développement du cerveau de votre bébé, il est important de lui parler et de faire diverses expressions faciales.

6. Pyjama pour bébé : Tricot d'une pièce ou chapeau

- Discutez des raisons pour lesquelles on doit mettre un chapeau au bébé : presque toute la chaleur corporelle est perdue par la tête. Un chapeau pourrait également le protéger des rayons du soleil.
- Il est important que le bébé n'ait pas trop chaud. Le bébé sera généralement confortable en portant le même nombre de couches de vêtements que vous. Les bébés perdent beaucoup de chaleur par la tête. Selon la saison, le bébé peut porter un bonnet quand il sort dehors. Cependant, il ne faut pas que le bébé soit couvert d'un bonnet ou d'un chapeau en dormant, pour éviter que celui-ci ne glisse sur son visage et sa bouche.
- Privilégiez les vêtements confortables et faciles à enfiler (c.-à-d., sans boutons, fermetures éclair dans le dos, serrés au cou, etc.)
- Lavez les vêtements avant de les lui faire porter et retirez les étiquettes qui pourraient irriter sa peau sensible.
- Utilisez un savon doux pour laver ses vêtements.

Jeux olympiques du Bébé

Durée : 30 minutes

Méthode d'enseignement : Jeu / activité avec stations, activité de groupe et activité en couple / individuelle.

But : Pratiquer les tâches communes liées aux soins du bébé, telles que le changement de couches, le bain et l'apaisement.

Matériel :

- Station de couche (lingettes, couches, crème pour le visage).
- Station de bain (baignoire pour bébé, débarbouillettes, serviette, savon pour bébé).
- Station d'apaisement (bercer, son 'shhh', tenir près du corps).
- 3 poupées.

Instructions :

Les participants sont répartis en équipes entre les 3 stations. C'est acceptable si les équipes ont des nombres inégaux (par exemple : le groupe 1 a deux couples et commence à la station 1. Le groupe 2 a trois couples à la station 2 et le groupe 3 a deux couples à la station 3). Chaque groupe commence à une station (1-Station de couche, 2-Station de bain, 3- Station d'apaisement) et un couple de chaque groupe reçoit une poupée. Celui-ci doit compléter la tâche du poste de départ et, une fois terminé, remettre son bébé au prochain couple du groupe qui se rendra à la station suivante et qui accomplira la prochaine tâche. Le processus est répété pour la troisième station.

Avant de commencer la course, l'animatrice devrait passer en revue les «meilleures pratiques» pour chaque activité. Par exemple, lors du bain d'un bébé, vous devez toujours nettoyer les yeux avec de l'eau tiède et les essuyer du coin intérieur au coin extérieur. Utilisez un bout différent d'une débarbouillette propre ou une débarbouillette séparée pour empêcher les bactéries de se transmettre aux yeux. Préparez tous les articles avant le bain et ne laissez jamais votre bébé sans surveillance, etc.

Source : Adapté avec permission de l'Institute of Childbirth Educators.