



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Les soins du nouveau-né

Autor/es: María Eugenia Campillos Morillo, pediatra del Centro de Salud Olivar de Quinto. Dos Hermanas, Sevilla.

[Volumen 8. N°2. Junio 2015](#) [1]

Palabras clave: [nouveau-né](#) [2], [allaitement](#) [3], [mort subite](#) [4], [ombilic](#) [5]

Les soins du nouveau-né sont un motif de doute, préoccupation et consultation fréquente. Lorsqu'un bébé naît, les sentiments de crainte, insécurité et angoisse ne sont pas rares, même dans le cas de parents expérimentées et bien informés. Dans ce contexte, parents, amis, connaissances, inconnus et professionnels de la santé donnent des conseils sans relâche, la grande majorité d'eux, bien intentionnés. Cet article ne cherche pas à être le manuel d'utilisation du nouveau-né, très sollicité, mais une guide résumée pour mettre de l'ordre dans tous ces conseils et recommandations.

- **Alimentation**

Si nous devons choisir qu'une seule, sûrement la meilleure recommandation qu'on peut donner à la mère est de nourrir son bébé seulement avec son lait, car ceci est la manière la plus efficace de préserver sa santé. Le lait maternel est le meilleur aliment parce qu'il contient tout cela dont le nouveau-né a besoin pour atteindre un état nutritionnel optimal. Le lait maternel protège contre la propagation d'infections, contribue à la guérison ou diminue leurs complications. En cas d'antécédents familiaux d'eczémas, allergies, diabète ou asthme, il serait moins probable que le bébé manifeste ces maladies s'il est nourrit avec lait maternel. Il y a des études qui mettent en relation un développement intellectuel plus haut et l'alimentation avec lait maternel. Le cancer des ovaires et du sein avant la ménopause est moins probable chez les femmes qui ont allaité leurs enfants. L'alimentation naturelle a d'autres avantages avérés par scientifiques.

A fin que l'allaitement commence avec de succès, il est important de placer le bébé sur la poitrine de la mère dans sa première heure de vie, en lui permettant le contact peau avec peau. Dans ces premières heures, l'odeur du colostrum et quelques reflets innés permettent au bébé ramper, attraper le sein et commencer la succion de manière spontanée. Dans les premiers jours de vie, le contact avec la mère doit être très étroit. On doit laisser le bébé téter quand il en a besoin, pas moins de 8 fois au jour, sans s'arrêter pendant la nuit. L'aide, la compréhension et l'appui du père dans ce moment sont indispensables.

La meilleure manière de produire plus de lait est l'augmentation de la fréquence et la durée des prises, en s'assurant que le sein reste vide. C'est pour cela que « s'aider » de succédanés de lait maternel est déconseillée; ceci est la cause principale de l'échec dans l'allaitement, parce qu'ils atteignent l'effet contraire : baisser la production de lait maternel. Le bébé a pris la quantité suffisante s'il est tranquille et dorme entre les prises ou bien s'il pleure mais se console s'il mange, s'il mouille la couche 4 fois ou plus au jour et s'il défèque.

Il est préférable d'éviter l'utilisation de sucettes et tétines avant que le nouveau-né soit un nourrisson expert.

Il est normal qu'il y ait des difficultés au début. Dans ce cas, il est conseillé de consulter aux personnes qui connaissent l'allaitement : sage-femme, pédiatre, infirmier ou bien une mère qui ait allaité avec succès. À cet égard, il y a des groupes d'appui à l'allaitement maternel dans toutes les régions. Pour l'Espagne, ils peuvent être consultés dans le site <https://www.ihan.es/index3.asp> [6]

Le maintien de l'allaitement maternel est si important que toute difficulté devrait être consultée avec le pédiatre avant de prendre une décision qu'implique son abandon.

- **Le lien ou l'attachement**

L'odeur et la chaleur de la mère et le père aident au nouveau-né à s'adapter à vivre dehors l'utérus. C'est pour cela que la séparation du bébé et la mère doit être évitée dans l'hôpital, sauf dans les cas de problèmes de santé. Les pleurs intenses ne sont pas souhaitables, lui consoler avec la chaleur et l'odeur maternelle libère des substances dans le cerveau du bébé qui soulagent la douleur et évitent une consommation inutile d'énergie et la perte de chaleur. Le soin du bébé sera plus gratifiant si tous les deux, le père et la mère, sont impliqués dès le début. Consoler les pleurs avec des embrassades, câlins et caresses, sans écouter à ceux qui disent « tu vas lui gâter » et sans se reprocher pour ne pas comprendre la raison des pleurs.

- **Dormir**

Coucher le bébé toujours sur le dos, dans un matelas ferme et sans des oreillers. Éviter l'excès de vêtements et couvertures ; si on utilise le chauffage, il ne doit pas dépasser les 22 °C. Les pendentifs au cou augmentent beaucoup le risque d'asphyxie, ne les utilisez pas.

Si on décide de coucher l'enfant dans le lit de la mère pour favoriser l'allaitement maternel (le « co-dodo »), on doit prendre des précautions : on doit utiliser toujours un lit avec un matelas ferme, jamais un canapé ou un fauteuil ; on ne doit pas utiliser le co-dodo si on a consommé de l'alcool ou des médicaments sédatifs ; éviter la fumée du tabac dans la maison (il est préférable que les parents ne fument pas) ; une fois que l'allaitement maternel soit bien instauré, l'utilisation de la sucette protège contre la mort subite. Néanmoins, il y a beaucoup d'auteurs qui déconseillent le co-dodo et offrent des alternatives, comme adosser le berceau au lit des parents, au même niveau.

- **Hygiène**

Le bain peut être quotidien, bien que le cordon ombilical ne soit pas tombé. On doit se laver les mains avant de manipuler le nouveau-né. Le bain est réalisé par plongée dans une baignoire peu profonde, pas sous le robinet afin d'éviter des brûlures ou des changements brusques de température. On doit toujours vérifier la température de l'eau avant de plonger le bébé. Poser le bébé sur l'avant-bras en lui retenant par l'aisselle. Employer un savon neutre et dans une petite quantité. Laver avec la main ou avec une éponge douce, en évitant un frottement énergique de la peau. Sécher avec des petits coups doux, en faisant attention aux plis.

N'employer pas des cotons-tiges, car ils produisent des lésions. Ce n'est pas nécessaire d'aspirer les sécrétions nasales ; les bébés ont souvent des bruits qui n'impliquent pas des difficultés pour respirer, dans ce cas on ne doit pas agir. S'il y a des chassies ou sécrétions oculaires, on peut laver appliquer du sérum physiologique et sécher,

mais sans frotter les yeux. L'œil rouge, la sécrétion de pus et le gonflement des paupières sont des symptômes d'infection oculaire.

Ne laisser jamais l'enfant tout seul sur la table à langer, même pour un instant, non plus dans la baignoire. Les premiers jours de sa vie, le bébé n'a pas besoin de crèmes ni lotions hydratantes. On ne doit pas retirer la crème blanche qui couvre son corps (caseum), car elle maintient la peau hydratée et protège au bébé des chutes de température. N'utiliser pas des parfumes ou eaux de Cologne, bien qu'ils soient labellisés comme « pour les bébés ».

- **Cordon ombilical**

L'objectif serait de maintenir le cordon propre et sec, donc l'hygiène quotidienne dans le bain avec d'eau et savon neutre est suffisante. Puis, sécher avec une gaze ou un tissu propre et laisser sécher complètement à l'air. Ne pas enrouler une gaze humide, car ceci retarderait la chute du moignon ombilical. S'il se mouille avec de l'urine ou s'il se tache avec les excréments, on doit le laver et le sécher à nouveau. En général, ce n'est pas nécessaire d'utiliser des antiseptiques; de toute façon, on doit éviter l'emploi d'iode pour le cordon.

L'odeur putride, le pus et la rougeur, l'aspect brillant et l'augmentation de la chaleur dans la peau qui entoure le cordon sont des signes d'infection ombilicale. Le nombril peut présenter des restes de sang ; ceci n'est pas préoccupant si la perte de sang n'est pas abondante.

- **Soins de la couche**

Changer la couche quand elle soit sale ou mouillé. Éviter les toilettes excessives et l'emploi de lingettes : il est préférable d'utiliser de l'eau et savon neutre. Ne frotter pas énergiquement. Sécher bien avec un tissu de coton sans frotter, avec de coups doux. Nettoyer de l'avant vers l'arrière. Si la peau n'est pas irritée, elle n'a pas besoin de crème. N'employer pas de talc, car le bébé pourrait l'aspirer. Le phimosis est normal à cet âge, ce n'est pas nécessaire de faire des manœuvres de rétraction.

- **Éviter la fumée du tabac**

Les enfants exposés à la fumée du tabac ont un risque plus haut de subir des maladies respiratoires, otite et mort subite. Protéger l'enfant peut être une bonne raison pour quitter cette habitude. Si ce n'est pas possible, au moins vous ne devez pas fumer à la maison ou dans la voiture, bien que le bébé soit absent.

- **Dans la voiture**

Ne voyagez jamais avec le bébé dans les bras. Depuis le premier jour, il doit voyager dans une nacelle ou porte-bébés homologués (dispositif de retenue pour enfants du groupe 0 et 0+).

- **Signes d'alerte**

Si un bébé de moins d'un mois ne mange pas, présente une irritabilité excessive ou bien est trop dormi et ne se réveille pas pour manger, s'il a de la fièvre, une couleur bleue, sa respiration est rapide ou est accompagnée de gémissements, s'il a des hémorragies.

Ceux-ci ne sont pas des signes d'alerte : le bébé pleure beaucoup et se console dans les bras ou s'il mange, il défèque avec chaque prise, il vomit un peu après la prise, il veut téter presque tout le temps.

La pression commerciale par rapport aux soins de bébé est très forte, mais la seule chose qui est indispensable est l'affection, le dévouement et le temps de ses parents.

En savoir plus (en espagnol)

Famille
et santé

<http://www.familiaysalud.es/crecemos/el-primer-mes/el-recien-nacido-consejos-para-el-primer-mes-de-vida> [7]

Livre "Cuidados del recién nacido. Mitos y errores" (Les soins du nouveau-né. Mythes et erreurs). Auteur: Isidro Vitoria. Éditions: Ed Exlibris

Groupes d'appui à l'allaitement maternel <https://www.ihan.es/index3.asp> [6]