

COMMENT ÉVITER QUE VOTRE ENFANT AIT LA TÊTE PLATE ?

Qui consulter ?

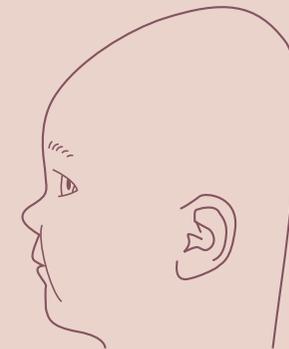
Un médecin pour établir le diagnostic et rédiger une ordonnance de rééducation neuromotrice pour asymétrie posturale auprès d'un kinésithérapeute spécialisé dans ce domaine.

*Une consultation chez un **ostéopathe formé** en pédiatrie peut y être associé en parallèle.*

« **Que faire à la maison** »

« **Comment les repérer** »

« **Qui consulter** »



- Site internet : ABP74
- CPTS du Mont-Blanc. S.Burel MKD, Pr. J.Griffet Orthopédiste pédiatre. Juin 2022.

Que faire à la maison ?

Comment les repérer ?

SUR LE DOS POUR DORMIR, SUR LE VENTRE POUR JOUER.

En temps de sommeil

[LE COUCHAGE SUR LE DOS EST IMPÉRATIF POUR PRÉVENIR LA MORT INATTENDUE DU NOURRISSON.]

Placer le bébé

- Sur un matelas dur, sur le dos (sans oreiller, ni coussin, ni cale-bébé).
- Dans une gigoteuse ou une turbulette (sans couverture, ni couette)
- Dans un espace délimité, propre et protégé : le lit (sans jouet, sans tour-de-lit).

En temps d'éveil

Permettre au nourrisson de bouger, le stimuler

- Éviter de laisser le nourrisson longtemps dans la même position, en particulier dans le transat ou le cosy.
- Pour prendre le bébé dans les bras, favoriser l'enroulement « dos-ventre ». Éviter de le tirer par les bras, cela renforce la tension antérieure qui est souvent un frein au bon développement moteur.
- Sur le tapis d'éveil : placer ses jouets et non des **écrans, nocifs jusqu'à 3 ans**, du côté où il a des difficultés à tourner la tête. Éviter les arches de jeux au-dessus de lui, les cale-bébés, les tapis d'éveil mous et les coussins «anti-tête plate» où le bébé bouge peu ou pas la tête et le corps.
- Pour le portage, privilégier l'écharpe ou porte-bébé plutôt que les cosys et les poussettes, qui ne doivent servir qu'au transport.
- Pour le repas, alterner autant que possible les 2 côtés.

Vous pouvez le mettre sur le ventre sous surveillance et pour un temps limité

- Dès la naissance : contre le torse du parent ou sur l'avant-bras pour l'habituer à cette position.
- À partir du 1^{er} mois : sur un tapis d'éveil pendant 10 à 20 secondes plusieurs fois par jour.
- À partir du 2^e mois : 3 fois 10 minutes par jour.
- À partir du 4^e mois : environ 1 à 1h30 par jour (cumulé).

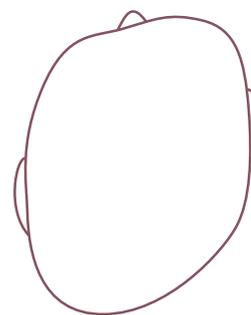
Ce qu'il faut éviter

- Éviter l'utilisation du youpala, interdit dans certains pays (risques d'accident) et qui perturberait le schéma normal du développement neuromoteur.

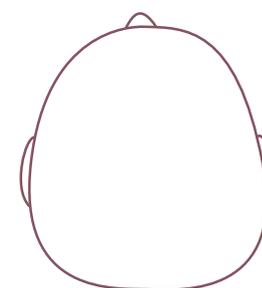
Repérer si l'enfant a une attitude préférentielle (tête toujours tournée du même côté), ou corps en virgule, ou une difficulté à tourner la tête dans l'amplitude entière pour un côté. Regarder son enfant « vue d'avion » pour voir s'il y a un aplatissement soit d'un côté de la tête : **plagiocéphalie** et/ou un aplatissement de l'arrière de la tête : **brachycéphalie**.

IL PEUT Y AVOIR DES SIGNES ASSOCIÉS SELON LA SÉVÉRITÉ DE LA DÉFORMATION

- *Décalage de la ligne des oreilles.*
- *Avancement d'un côté du front.*
- *Un œil plus fermé que l'autre.*



[PLAGIOCÉPHALIE]



[BRACHYCÉPHALIE]