

COMMENT ÉVITER QUE VOTRE ENFANT AIT LA TÊTE PLATE ?

Qui consulter ?

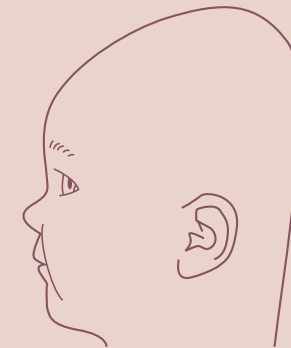
Un médecin pour établir le diagnostic et rédiger une ordonnance de rééducation neuromotrice pour asymétrie posturale auprès d'un kinésithérapeute spécialisé dans ce domaine.

*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^é mois : 3 fois 10 minutes par jour.
- À partir du 4^é mois : environ 1 à 1h30 par jour (cumulé).

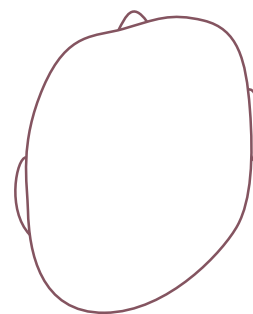
Ce qu'il faut éviter

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

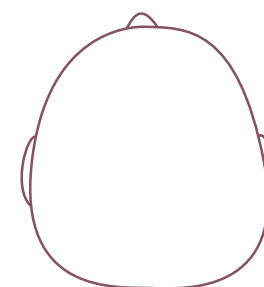
Repérer si l'enfant a une attitude préférentielle (tête toujours tournée du même côté), ou corps en virgule, ou une difficulté à tourner la tête dans l'amplitude entière pour un côté. Regarder son enfant « vue d'avion » pour voir s'il y a un aplatissement soit d'un côté de la tête : **plagiocéphalie**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