

Les bébés admis à l'unité néonatale peuvent être rassurés par des éléments qui leur rappellent la vie foetale. Vous pouvez utiliser ces principes avant, pendant et après les soins ou lorsque vous désirez l'aider à s'apaiser. Les grands principes des méthodes de retour au calme sont la position foetale, l'agrippement, la succion et la pression.

La position foetale

- Regroupez votre bébé en position foetale (dans l'incubateur, lors des déplacements, des périodes d'alimentation, des contacts peau à peau, etc.) :
 - La tête est alignée avec le corps et légèrement fléchie vers l'avant.
 - Les jambes et les bras sont fléchis.
- Placez ses mains près de sa bouche. Il pourra ainsi se réconforter facilement lors de moments plus stressants.
- Lorsque vous placez votre bébé sur le côté, la gravité vous aide à le regrouper en position foetale.

L'agrippement

- Permettez-lui d'agripper quelque chose :
 - Placez votre doigt dans sa main pour qu'il puisse l'agripper et qu'il sache que vous êtes près de lui.
 - Si vos mains sont occupées, offrez-lui un bout de couverture, une petite compresse roulée ou la tubulure du soluté.

La succion

- Donnez-lui une sucette d'amusement. La succion peut l'aider à s'apaiser lors de situations stressantes.

La pression

- Déposez vos mains sur le corps de votre bébé en exerçant une légère pression et **sans faire de mouvements** (éviter l'effleurement, les massages superficiels, les chatouillements, etc.).

un ensemble de 10 fiches

- | | | |
|---------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| 1 Le bain emmailloté | 5 L'emmaillotement | 8 Les déplacements |
| 2 La méthode Kangourou | 6 Les méthodes de retour au calme | 9 Les méthodes de positionnement |
| 3 Le toucher | 7 Le portage | 10 Les massages |
| 4 Le changement de couche | | |



Le contenu de cette fiche est tiré du livre Être parent à l'unité néonatale : tisser des liens pour la vie (2017) écrit par Marie-Josée Martel et Isabelle Milette en collaboration avec Audrey Larone Juneau, inf. CHU Sainte-Justine. Reproduit avec la permission des Éditions du CHU Sainte-Justine.

ÊTRE PARENT À L'UNITÉ NÉONATALE

Les méthodes de retour au calme

fiche **6**



Dans le ventre de la maman, le bébé est en position foetale et baigne dans le liquide amniotique. Il peut s'exercer à téter et agripper son cordon ombilical.

Ces éléments lui permettent de se sentir en sécurité.

Les méthodes de retour au calme

F-Fiches_Être_parent-180418 — 180629