

## Les étapes lors des positionnements

### Avant

Informez-vous auprès de l'infirmière qui s'occupe de votre bébé au sujet de l'horaire de ses soins. Le positionnement est généralement fait toutes les trois heures et, idéalement, après un soin pour que le bébé puisse s'endormir pendant un certain temps. Il est important que votre bébé soit détendu avant de procéder au positionnement.

### Pendant

Laissez-vous guider par votre bébé. Il se peut que vous prévoyiez de le placer en position sur le côté et qu'il semble finalement plus détendu et plus confortable sur le dos. Il faut faire preuve de flexibilité, car un positionnement imposé risque de ne pas fonctionner. Les trois types de positionnements sont : sur le dos, sur le côté et sur le ventre. N'hésitez pas à appliquer les **méthodes de retour au calme** si votre bébé montre des signes de stress.

fiche 6

### Après

1. Prenez le temps de lui dire que le positionnement est terminé (s'il le tolère bien, évidemment).
2. Assurez-vous d'appliquer les **méthodes de retour au calme** pendant les minutes qui suivent afin de lui laisser le temps de se réorganiser et de s'endormir doucement.
3. Retirez vos mains **progressivement** de sorte que votre bébé sente toujours un contact à mesure qu'il se détend et s'endort.

#### 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 positionnement

fiche 9



F-Fiches\_Etre\_parent-180418 — 180418

**Dans le ventre de la maman, le fœtus peut changer de position à son aise en apesanteur. Au début, il a tout l'espace dont il a besoin et ce sont principalement les muscles extenseurs (situés à l'arrière du corps) qui se développent. À la fin de la grossesse, au contact des parois utérines, il commence à exercer ses muscles fléchisseurs (situés à l'avant du corps).**

Le bébé prématuré hospitalisé à l'unité néonatale a besoin d'aide pour poursuivre son développement moteur. Des changements de position (côté, dos, ventre) sont ainsi nécessaires. Les cinq grands principes du positionnement sont : la flexion, l'alignement des jambes, l'alignement de la tête, les balises physiques et l'enveloppement.

### La flexion

On cherche essentiellement à maintenir la position adoptée par le fœtus dans le ventre de la maman. Les bras et les jambes du bébé doivent donc être près du corps et fléchis.

Les articulations (coudes, poignets, genoux et hanches, principalement) doivent aussi être fléchies et regroupées près du corps. Les mains sont près de la bouche, ce qui est réconfortant pour lui.

### L'alignement des jambes

L'alignement des hanches, des genoux et des pieds est essentiel, car le bébé est en plein développement et ses articulations et ses muscles sont incapables de combattre l'effet de la gravité. Plus le bébé est prématuré, plus cette problématique risque d'être présente.

Les hanches ne doivent pas être trop ouvertes (à cause d'une couche trop grande, notamment), les genoux doivent être fléchis et les pieds ne doivent pas être tournés vers l'extérieur. Assurez-vous que les genoux du bébé ne sont pas plus écartés que ses hanches, en particulier si un rouleau de couvertures est placé entre ses genoux ou que ceux-ci s'écartent sous l'effet de la gravité.

### L'alignement de la tête

Plus le bébé est prématuré, plus sa tête a tendance à tomber légèrement ou complètement sur le côté sous l'effet de la gravité. L'alignement de la tête avec le corps favorise le développement des muscles

du cou et des épaules et permet d'éviter les déformations de la tête. Puisque le crâne du bébé est encore malléable, il faut s'assurer de bien répartir les points de pression sur l'ensemble de sa tête. La seule exception à cette règle est lorsqu'il est couché sur le ventre. Sa tête peut alors être légèrement tournée sur le côté.

### Les balises physiques

Les outils de positionnement et les rouleaux de serviettes ou de couvertures sont des balises physiques qui ont pour but d'aider votre bébé à rester dans une position. Leur présence est aussi réconfortante pour lui.

Les premières balises sont placées près de son corps pour l'aider à garder sa position. Pour qu'il se sente en sécurité, elles doivent être plus hautes que son corps. Si elles sont trop petites ou trop éloignées, votre bébé recherchera leur contact et aura tendance à adopter une position d'ouverture.

D'autres balises physiques sont ensuite placées tout autour de lui (balises 360 degrés) pour imiter les parois utérines. Ainsi, s'il étire un membre au-delà des bornes qui sont près de lui, il rencontrera les autres balises et reprendra doucement sa position fléchie.

### L'enveloppement

L'emballotement est une bonne façon d'offrir un enveloppement à votre bébé. On parle d'emballotement partiel (une partie du corps est recouverte d'une couverture) ou total (le corps est complètement enveloppé, à l'exception de la tête). Le choix du type d'emballotement est fait en fonction des besoins de votre bébé. Par exemple, s'il a tendance à avoir des petits sursauts au niveau des jambes, un emballotement partiel du bas du corps peut être profitable. Ce choix se fait aussi en fonction de l'équipement nécessaire à ses soins. Renseignez-vous auprès de l'infirmière qui prend soin de votre bébé.

Finalement, si votre bébé a des solutés et d'autres appareillages sur les pieds, il peut arriver que ceux-ci se retrouvent dans le vide dans certaines positions. Un petit rouleau ou un outil de positionnement devrait alors être placé sous ses pieds pour soutenir le poids de l'appareillage.