

NOTRE ENQUÊTE
20 PRODUITS
SOINS BÉBÉ
VRAIMENT SÛRS !

Psycho enfant
*Les copains,
à quoi ça sert ?*

ACCOUCHEMENT *zen*
3 nouvelles préparations
à la naissance

Témoignage
*“J’ai eu mon
bébé après
16 FIV !”*

On s’organise
comment avec
des **jumeaux**

BANC D’ESSAI
*Le top des
transats
dès 54 €*

DOSSIER 0-6 ANS

Tous les secrets d’une bonne alimentation

✓ APRÈS LE LAIT, LES ÉTAPES-CLÉS DE LA DIVERSIFICATION

✓ GRAS-SUCRE-SEL-PROTÉINES : FAUX AMIS ET VRAIS ALLIÉS...

✓ NOS ASTUCES POUR LUI FAIRE AIMER **TOUS** LES LÉGUMES





AVEC **LUDVINE**, DIRECTRICE DE LA CRÈCHE LES PETITS CHAPERONS ROUGES DE GENÈVILLIERS (92).

Lui donner son bain



1/ LAVER SA TÊTE. On la mouille bien, avant de déposer un peu de shampooing ou de lavant corps-cheveux au creux de nos mains. On fait mousser, puis on masse les cheveux et le cuir chevelu du bébé. Bien penser à passer sous la nuque et derrière les oreilles.



2/ SAVONNER SON CORPS. On procède toujours du haut vers le bas, du plus propre au plus sale, et on finit par les parties génitales. Sans oublier au passage de bien nettoyer les petits plis et articulations, où la transpiration peut macérer et créer une irritation.



3/ DANS LE DOS. Tant qu'il ne tient pas sa tête et ne reste pas assis tout seul, on le fait juste basculer sur le côté pour pouvoir savonner le dos et les fesses. Sans le déranger plus que nécessaire. Là encore, on savonne sa peau du plus propre au plus sale.



4/ LE SOULEVER EN SÉCURITÉ. Pour passer de la table à langer à la baignoire pour le rincer, il est important de porter l'enfant en maintenant sa nuque et en soutenant ses fesses d'une main. Ainsi, il ne se sent pas perdu dans le vide (comme c'est le cas si vous le tenez sous les bras, jambes pendantes).



5/ LE PLONGER DANS L'EAU. Pour lui éviter la surprise du contact de l'eau, mieux vaut plonger le bébé, non tout allongé mais pieds ou fesses en premier. On le soutient sous un bras en sécurité pour que la tête soit toujours hors de l'eau, avec la nuque soutenue par votre avant-bras.



6/ LE RINCER. Assis sur le fond de la baignoire et tenu tête hors de l'eau, vous vous serez de votre main libre comme d'une spatule pour ramener l'eau en fin filet sur son corps. N'oubliez pas de bien rincer la tête, les plis du cou et le haut du corps qui n'est pas immergé.



7/ LE SÉCHER. Sortez-le de l'eau en position de sécurité, main sous la nuque et les fesses. Déroulez la serviette placée préalablement (roulée) au sommet de la table, pour poser le bébé sur une surface propre, exempte de savon. On le recouvre vite car il se refroidit vite. Tapotez pour sécher.

CÔTÉ PRATIQUE ET SÉCURITÉ

Préparez le nécessaire de toilette avant de commencer, pour ne pas laisser votre bébé tout seul. Le bain est un moment privilégié... sans téléphone ! Les premiers mois, il est plus pratique de le savonner sur la table à langer et de le mettre dans l'eau pour le rincer. Généralement, on donne un bain quotidien, mais un nouveau-né peut être baigné tous les deux jours, à condition de le nettoyer soigneusement à chaque change. La température de l'eau doit être entre 36,5 et 37,5°C, et celle de la pièce à 22-23°C. Une petite quantité d'eau suffit et choisissez un produit lavant sans savon, spécifique bébé. Ne le laissez pas trop longtemps dans l'eau, car celle-ci refroidit vite et le bébé aussi. De plus, certains nouveau-nés n'apprécient pas la sensation de nudité. Évitez d'utiliser gants et éponges, véritables nids à microbes.

RETROUVEZ D'AUTRES LEÇONS DE PUÉRICULTURE SUR PARENTS.FR