

BÉBÉ SECOUÉ

Ne secouez jamais votre bébé !

**Secouer peut tuer
ou handicaper à vie !**

Votre bébé est fragile

- La tête d'un bébé est relativement lourde par rapport à son corps et les muscles de son cou sont faibles.
- Le cerveau du bébé est fragile car, contrairement au cerveau adulte, il ne remplit pas complètement la boîte crânienne.

Ne secouez jamais votre bébé même si...

- votre bébé pleure sans raison apparente ;
- votre bébé pleure pendant plusieurs heures, plusieurs fois par jour ;
- vous ne savez pas pourquoi votre bébé pleure et comment le calmer ;
- vous avez tout essayé pour le calmer mais rien ne semble fonctionner ;
- vous êtes fatigué(e), excédé(e), désemparé(e) ;
- vous voulez jouer avec votre bébé et même s'il aime ça : «faire l'avion» ou «l'ascenseur» est dangereux ;
- votre bébé a fait un malaise.

● Votre bébé pleure : pourquoi ?

Votre bébé pleure car c'est sa seule façon de communiquer. Ainsi il peut exprimer que :

- il a sommeil et n'arrive pas à s'endormir ;
- il «chouine», veut un câlin, veut être pris dans les bras ;
- il y a trop de bruit ou de monde autour de lui ;
- il a faim ;
- sa couche est sale ;
- il a chaud ou froid ;
- il a des «coliques»...

● Que faire pour calmer votre bébé ?

- le prendre dans vos bras, le câliner, le bercer, lui parler ;
- l'emmener loin de l'agitation et du bruit ;
- lui proposer un biberon d'eau ou de lait ;
- changer sa couche ;
- vérifier qu'il n'a pas chaud ou froid ;
- lui masser le ventre ou le dos.

● Malgré vos efforts, votre bébé continue de pleurer...

Les pleurs d'un bébé peuvent irriter, angoisser, fatiguer.

Si vous sentez que vous ne supportez plus les cris de votre bébé, couchez-le sur le dos dans son lit et sortez un moment de la pièce afin de retrouver votre calme.

N'hésitez surtout pas à :

- demander à un proche, parent ou ami, de prendre le relais ;
- appeler un(e) ami(e), un(e) voisin(e), un membre de la famille pour vous soulager ;
- consulter votre pédiatre, médecin traitant, la PMI, l'hôpital...

**... Mais surtout, ne le secouez pas,
cela n'arrêtera pas ses pleurs.**