

# LA MORT INATTENDUE DU NOURRISSON

## Comment en parler

Pour rappel :

Cela survient essentiellement dans les 6 premiers mois de vie, et le plus souvent pendant le sommeil.  
C'est la première cause de décès pour les enfants de moins de 1 an.  
Ce drame n'est pas lié à une cause unique. Des facteurs de risque sont bien identifiés. Il est très important d'en parler.

### CONSEILS À DONNER AUX PARENTS

- **Bébé doit toujours être couché sur le dos** et jamais sur le ventre ni sur le côté car le risque d'asphyxie est alors très augmenté.  
Il peut partager la chambre de ses parents, sans dormir dans leur lit.
- **Bébé dort à température ambiante modérée.** Le découvrir s'il fait trop chaud !
- **La journée, quand il est réveillé,** il doit pouvoir bouger librement sauf quand il est transporté.
- **Dès l'âge de 2 mois, il aime être sur le ventre pour jouer avec ses parents !** C'est très bon pour son développement.



#### Bébé dort dans son lit :

- \* à barreaux rapprochés, suffisamment profond,
- \* sur un matelas ferme de taille adaptée au lit,
- \* sans tour de lit, ni drap, ni couverture, ni couette, ni oreiller, ni cale-bébé.

La très grande majorité des bébés couchés sur le dos ne feront pas de **plagiocéphalie**. Sinon, le plus souvent ce sera une forme mineure qui sera passagère et sans conséquence sur sa santé. Très tôt, il pourra tourner sa tête et changer ses points d'appui.

### FACTEURS DE RISQUE À RAPPELER

- Tabac pendant la grossesse et à côté de l'enfant,
- PAS de médicament sédatif pour un enfant,
- Éviter tour de lit, coussin, couverture, couette, cale-bébé, l'excès de doudous,
- Ne pas laisser bébé seul avec son biberon (risque de fausse route),
- Lors du portage (écharpes, etc...) : toujours dégager son visage.

### FACTEURS PROTECTEURS

- \* Allaitement maternel
- \* Vaccins à jour
- \* Respect des rythmes du bébé
- \* Tétine

**Si bébé supporte mal de dormir sur le dos, discutez-en avec la famille.**

**Pour toute information complémentaire : [www.repere.re](http://www.repere.re)**