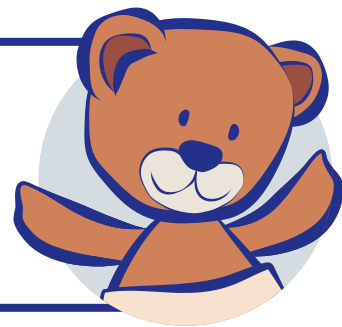


➔ PRÉVENTION DE L'APLATISSEMENT DE LA TÊTE (PLAGIOCÉPHALIE OU BRACHYCÉPHALIE)

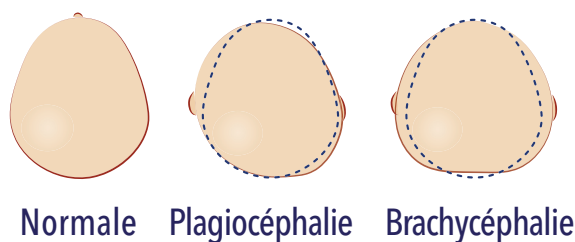


QU'EST-CE QUE C'EST ?

C'est l'aplatissement de l'arrière de la tête, sur la zone qui est principalement appuyée. Il peut se produire en particulier lors des trois premiers mois de vie et a un lien étroit avec la position (par exemple, s'il dort toujours en regardant du même côté).

Il reçoit différents noms selon la zone concernée: s'il apparaît sur la partie latérale arrière, il est nommé **plagiocéphalie** et s'il touche l'ensemble de la partie arrière, on l'appelle **brachycéphalie**.

Dans certains cas, en plus de l'aplatissement de la tête, il peut se produire une asymétrie (renflement ou protrusion) du visage sur ce côté, et un avancement de l'oreille.



COMMENT PEUT-ON LE PRÉVENIR ?

Pour prévenir ou corriger l'aplatissement, suivez quelques recommandations simples:



Changez la position de la tête d'un côté à l'autre pendant que le bébé dort sur le dos (position recommandée pour la prévention de la mort subite).



Changez son emplacement dans le berceau afin de varier les zones d'appui sur le matelas. Alternez chaque jour la proximité de la tête sur une autre extrémité du berceau. De cette manière, le bébé percevra les stimuli depuis différents points.



Alternez le bras d'appui principal lorsque vous le prenez dans vos bras et pendant l'alimentation, pour lui faire tourner la tête dans les deux directions à la recherche du lait ou du stimulus.



En voiture, évitez d'utiliser des appuie-têtes serrés qui empêchent le mouvement de la tête. Les coussinets sont utiles, à condition d'être bien conçus.



Faites en sorte que le jeu se déroule sur le ventre (temps de jeu, ou *tummy time*). Vous l'incitez ainsi à lever la tête et à renforcer les muscles de son cou, de ses bras et de son dos, tout en évitant la pression continue sur cette zone.

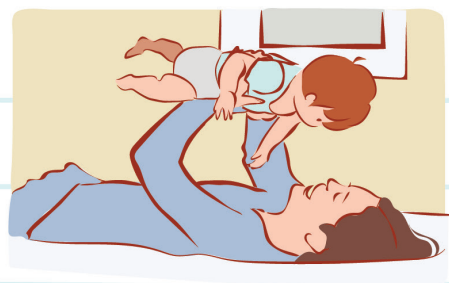
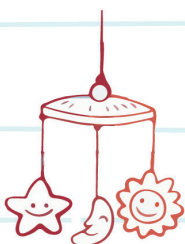
PLAGIOCÉPHALIE | BRACHYCÉPHALIE

MESURES PRÉVENTIVES POUR MAINTENIR LES BONNES FORMES

**DORMIR
SUR LE DOS**



**JOUER
SUR LE VENTRE**



TRANSPORT

