



Votre bébé a moins de 26 semaines

www.chirec.be



Toucher et portage

Ce à quoi il faut être attentif

- » Sa peau est fragile, sensible au toucher.
- » Maintenir sa température lui demande beaucoup d'effort.
- » Les manipulations lui demandent beaucoup d'énergie.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Touchez-le de manière douce, sans frotter ni caresser ou tapoter. Posez simplement votre main sur lui.
- » Créez un cocon sécurisant pour lui durant les soins en plaçant vos mains autour de sa tête, de ses pieds.
- » Glissez votre doigt dans sa main pour qu'il puisse s'y agripper. C'est rassurant pour lui.
- » Le peau à peau reste la meilleure place pour votre bébé et pour vous.
- » Pensez à amener un coussin d'allaitement confortable, un petit bonnet, un t-shirt ou un bandeau de portage et une couverture pour le peau à peau.

**Votre bébé est fragile ses sens,
ses organes sont encore en
plein développement.**

Sommeil

Ce à quoi il faut être attentif

- » Ses phases d'éveil et de sommeil sont difficilement identifiables.
- » Il est souvent calme et bouge peu; présente parfois des petits mouvements, des secousses.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Ne le réveillez pas. Il a besoin de prendre des forces et d'économiser son énergie.
- » Réduisez la lumière, le bruit autour de lui.
- » Évitez les conversations bruyantes, les appels vidéos ou autre à ses côtés.
- » C'est en peau à peau qu'il profitera le plus d'un sommeil de qualité.

Le sommeil est primordial pour le développement cérébral de votre bébé.

L'alimentation

Ce à quoi il faut être attentif

- » Votre bébé est essentiellement nourri par la perfusion.
- » Rapidement, il recevra de toutes petites quantités de lait via la sonde d'alimentation.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Proposez-lui quelques gouttes de lait sur un coton-tige. Faites-le lui sentir avant, glissez le coton sur ses lèvres sans forcer.

Votre bébé reconnaît le goût et l'odeur de votre lait.

Le positionnement

Ce à quoi il faut être attentif

- » Votre bébé a du mal à contrôler ses mouvements; il est perdu dans ce nouvel espace très différent du ventre de maman.
- » Il fera des mouvements imprécis, incontrôlés; il peut avoir des petites secousses, des sursauts, étendre les bras, les jambes, écartier les doigts.
- » Ces petits signes montrent que votre bébé a besoin d'aide pour délimiter son espace.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Aidez-le à garder ses bras fléchis, ses mains près du visage, ses jambes fléchies.
- » Apportez vos propres tétras pour l'y emmailloter.
- » Son espace sera délimité grâce au cocon. Entourez-le d'un t-shirt portant votre odeur, il sera rassuré.
- » Placez un doudou portant aussi votre odeur.

**La position dite « en flexion »
est la meilleure pour son
développement.**

Regard, audition, odorat

Ce à quoi il faut être attentif

- » Ses yeux peuvent encore être scellés. Il reste important de le protéger de la lumière car ses paupières sont très fines.
- » Il est capable d'ouvrir brièvement les yeux, quelques secondes mais ne peut pas fixer.
- » Son ouïe est très sensible.
- » Il reconnaît les odeurs, votre voix.

Ce que vous pouvez faire pour l'aider à bien grandir

- » Recouvrez toujours bien sa couveuse.
- » Soulevez délicatement la couverture quand vous souhaitez le voir. Cela évite les variations d'intensité lumineuse trop rapide.
- » Protégez ses yeux lorsqu'il y a beaucoup de lumière; pensez à fermer les tentures de la chambre.
- » Parlez-lui doucement, il reconnaît votre voix.
- » Limitez les odeurs intenses (parfum, alcool); séchez bien vos mains lorsque vous les désinfectez au gel.
- » Évitez les stimulations multiples (le toucher et lui parler en même temps par exemple); cela lui demande beaucoup d'énergie.
- » En peau à peau, il percevra les bruits connus de votre respiration, de votre cœur, de votre voix; il sera rassuré et sentira votre odeur.

**Il est sensible au bruit, à la lumière.
Il peut sentir, goûter.**

