

Le portage fait référence aux moments où vous prenez votre bébé dans vos bras ou avec la MK et où vous le bercez. En raison de l'immaturation de son sens de l'équilibre, le prématuré tolère généralement moins bien le portage. Le bébé à terme malade peut également avoir de la difficulté à tolérer le portage vu son état de santé.

Les bébés admis à l'UNN ont besoin d'aide pour se sentir en sécurité durant le portage, car les changements de position se font dans un milieu aérien et non dans un milieu aquatique comme dans l'utérus. Les grands principes du portage sont : l'enroulement en position fœtale, l'enveloppement et la cueillette de même que l'application d'une stimulation à la fois.



L'enroulement en position fœtale

- ▶ Pour déplacer votre bébé dans le but de le porter, privilégiez l'enroulement en position fœtale. Cette méthode permet de maintenir une légère pression et un contact sur l'ensemble du corps du bébé, comme le faisait le liquide amniotique ; de le maintenir en position fœtale, une position qui est rassurante pour lui ; et d'éviter tout soulèvement dans les airs. Ces soulèvements peuvent en effet stimuler négativement son sens de l'équilibre, qui est encore immature.

L'enveloppement et la cueillette

- ▶ Afin qu'il se sente en sécurité durant le portage, englobez votre bébé de vos mains afin de le maintenir en position fœtale (bras et jambes fléchis, mains près de la bouche, tête alignée avec le corps et légèrement fléchi vers l'avant). Vous pouvez placer une main sur ses fesses (sacrum) et l'autre derrière sa tête, entre les deux oreilles (occiput). Il vous sera ainsi plus facile de le maintenir en position fœtale.
- ▶ Lorsque vous êtes prêt à le soulever, penchez-vous vers lui afin de limiter le plus possible le temps de soulèvement. En d'autres mots, allez le cueillir directement sur son petit matelas en vous penchant le plus possible pour diminuer la distance qui vous sépare.
- ▶ Maintenez-le en position fœtale et collez-le contre vous. Vous transférez ainsi le poids de votre bébé sur vous. Votre corps lui offre par ailleurs une présence rassurante et un contact enveloppant. Ainsi lové contre vous, il tolérera mieux les changements de position.
- ▶ Vous pouvez également utiliser une couverture préalablement placée sous votre bébé pour lui offrir un plus grand sentiment d'enveloppement et stimuler positivement son sens du toucher. Ainsi, pendant le transfert du bébé vers vous, l'arrière de son corps est recouvert par la couverture.

- Dans la mesure du possible, évitez de placer vos doigts au niveau de la nuque lorsque vous prenez votre bébé, car cela peut faire basculer légèrement sa tête vers l'arrière. Une main placée derrière sa tête, entre ses deux oreilles, favorise le fléchissement vers l'avant et le maintien de la position fœtale.
- Si vous devez vous déplacer pour vous rendre jusqu'à un fauteuil, par exemple, rappelez-vous que plus votre bébé est prématuré ou malade, plus vos gestes et vos pas doivent être lents.

Une stimulation à la fois

- Une fois bien installés dans le fauteuil ou la chaise berçante, prenez un moment pour laisser le temps à votre bébé de récupérer. Habituellement, il faut attendre deux à cinq minutes pour voir si le bébé a bien toléré le portage.
- S'il ne montre pas de signes de stress, vous pouvez commencer à lui fredonner une chanson douce ou à lui parler. Observez-le pendant quelques minutes pour voir s'il tolère bien cette stimulation. Plus votre bébé est mature et stable, mieux il tolérera les stimulations simultanées.
- Les tapotements, les caresses superficielles et les effleurements sont des stimulations qui n'existaient pas dans le ventre de la mère et qui sont plus difficiles à tolérer pour les enfants prématurés ou malades nés à terme. Vous pouvez essayer de bercer votre bébé, mais restez attentif à ses réactions et à ses comportements : ces mouvements peuvent en effet surstimuler son sens vestibulaire (équilibre).

Les étapes du portage

Avant

- Dites à votre bébé que vous vous apprêtez à le toucher (s'il tolère cette stimulation). Vous le préparer ainsi à votre présence et évitez les sursauts.

Pendant

- Observez les signes de stress ou d'adaptation pour voir s'il tolère ce qui se passe. S'il présente des signes de stress, n'hésitez pas à appliquer les méthodes de retour au calme afin de lui laisser le temps et de se réorganiser.
- S'il le tolère, expliquez-lui ce que vous faites : « Maman te soulève doucement. On va prendre notre temps pour que tout soit OK pour toi. »

Après

- Prenez le temps de dire au bébé que le portage est terminé (s'il le tolère bien, évidemment).
- Assurez-vous d'appliquer les méthodes de retour au calme pendant les minutes qui suivent afin de lui laisser le temps de se réorganiser et de s'endormir doucement.
- Retirez vos mains progressivement de sorte que votre enfant sente toujours un contact à mesure qu'il se détend et s'endort.
- Après la transition de l'incubateur au petit lit, l'état de votre bébé sera plus stable et il tolérera mieux de se faire prendre et bercer. En dehors des périodes de sommeil, ces deux actes pourront même l'aider à trouver le sommeil, à se sécuriser, à s'apaiser, à se consoler ou à passer un beau moment avec son parent, tout simplement.

Les déplacements correspondent aux moments où vous soulevez, déplacez et positionnez votre bébé dans son incubateur ou dans son petit lit. En raison de l'immaturation de son sens de l'équilibre, le prématuré tolère généralement moins bien les changements de position. Le bébé à terme malade peut également avoir de la difficulté à tolérer les déplacements vu son état de santé.



Les bébés admis à l'UNN ont besoin d'aide pour se sentir en sécurité durant les déplacements, car ceux-ci se font dans un milieu aérien et non dans un milieu aquatique, comme dans l'utérus. Le plus important est de maintenir l'enroulement en position fœtale.

L'enroulement en position fœtale

- ▶ L'enroulement en position fœtale permet de maintenir une légère pression et un contact sur l'ensemble du corps du bébé, comme le faisait le liquide amniotique ; de le maintenir en position fœtale, une position qui est rassurante pour lui ; et d'éviter tout soulèvement dans les airs. Ces soulèvements peuvent en effet stimuler négativement son sens de l'équilibre, qui est encore immature.
- ▶ Ainsi, au lieu de soulever votre bébé pour le changer de position, faites-le rouler sur le matelas en le maintenant en position fœtale (bras et jambes fléchis, mains près de la bouche, tête alignée avec le corps et légèrement fléchi vers l'avant).
- ▶ Par exemple, si votre bébé est sur le côté et que vous désirez le placer sur le dos, maintenez-le en position fléchi (avec vos mains ou une couverture) et roulez-le doucement sur le dos. S'il est capable de téter, vous pouvez lui offrir une sucette d'amusement pour l'aider à mieux tolérer les déplacements.
- ▶ Vous pouvez utiliser une couverture pour vous aider à le maintenir en position fœtale. Cette technique présente en outre l'avantage de stimuler positivement son sens du toucher.
- ▶ De même, si une couverture ou un piqué est placé sous votre bébé, vous pouvez l'utiliser pour vous aider à le rouler dans la position désirée tout en le maintenant en position fléchi. L'utilisation de la couverture facilite le maintien de la position fœtale et le déplacement et offre au bébé une sensation d'enveloppement.
- ▶ Plus votre bébé est prématuré ou malade, plus les changements de position doivent être faits lentement. À l'inverse, plus il est mature et stable, plus les changements de position peuvent se rapprocher de ceux qui sont faits avec un enfant à terme et en santé.

Les étapes lors des déplacements

Avant

- Dites à votre bébé que vous vous apprêtez à le toucher (s'il tolère cette stimulation). Vous l'informez ainsi de votre présence pour le préparer au contact et éviter les sursauts.

Pendant

- Observez les signes de stress ou d'adaptation pour voir s'il tolère bien ce qui est en train de se passer. S'il présente des signes de stress, n'hésitez pas à appliquer les méthodes de retour au calme afin de lui laisser le temps de récupérer et de se réorganiser.
- S'il le tolère, expliquez-lui ce que vous faites : « Papa va te rouler doucement sur ton matelas. Tu me diras si je vais trop vite. »

Après

- Prenez le temps de dire à votre bébé que le déplacement est terminé (s'il le tolère bien, évidemment).
- Assurez-vous d'appliquer les méthodes de retour au calme pendant les minutes qui suivent afin de lui laisser le temps de se réorganiser et de s'endormir doucement.
- Retirez vos mains progressivement de sorte que votre bébé sente toujours un contact à mesure qu'il se détend et s'endort.
- Après la transition de l'incubateur au petit lit, l'état de santé de votre bébé sera plus stable et il tolérera mieux les changements de position et le soulèvement dans les airs.