

Le dossier du mois de la
Pharmacie de l'Orangerie
Parution 25.11.05

Consultation gratuite sur
www.orangerie.ch

Masser son bébé

L'amour à fleur de peau

Le bonheur dans les mains



Bon à savoir :

La Pharmacie de l'Orangerie vous propose d'apprendre à masser votre bébé. Les cycles de cours débutent chaque premier lundi du mois à 10 heures à Neuchâtel, à l'Espace santé de l'Orangerie, pour quatre semaines à raison d'une séance par semaine.

Pour en savoir plus:

www.ch.iaimb.net

Difficile de dire à qui cela fait le plus de bien, aux parents ou aux enfants ? Le massage parent-bébé connaît une nouvelle vogue en Suisse romande et singulièrement à Neuchâtel, où plusieurs institutions comme la Croix-Rouge par exemple le proposent.

Normal, si chacun sent bien la nécessité de masser son bébé, on ne sait pas toujours exactement comment s'y prendre. Et c'est dommage parce que ces petits massages parents-bébé sont susceptibles de soulager le nourrisson en de multiples cas : douleurs digestives ou dentaires notamment. « C'est vrai que c'est utile, reconnaît Fabienne Kienholz, diplômée

de l'AIMB (Association internationale de massage pour bébé), mais c'est aussi et tout simplement un moment de détente et de stimulation aussi bien pour les bébés que pour leurs parents. »

Un moment de détente qui s'adresse évidemment avant tout aux nourrissons. « Les séances de massage que j'organise très régulièrement

réunissent plusieurs participants, reconnaît Fabienne Kienholz. Elles permettent

aussi aux parents d'échanger leurs expériences, leurs inquiétudes parfois, leurs découvertes surtout. Elles rassemblent donc plutôt les parents d'enfants nouveaux-nés, soit de quelques semaines à six ou

sept mois.

Après, l'enfant est plus mobile, moins tranquille. »



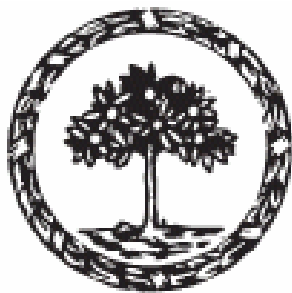
Avantages du massage

Pour l'enfant

- Détente, calmant
- Stimulation des différents organes
- Développement de la croissance
- Favorise le lien parent-enfant
- Aide à la digestion
- Favorise le sommeil
- Calme les pleurs (selon leur origine)
- Médecine préventive
- Sécurise l'enfant
- Prise de conscience du corps pour l'enfant
- Échange privilégié avec ses parents

Pour les parents

- Contact avec son enfant
- Connaissance de son enfant
- Prendre du temps pour son enfant
- Renforcer le lien d'attachement
- Valoriser son rôle de parent
- Favoriser la communication
- Lors de pleurs, agir plutôt que de subir
- Prise de confiance en soi en tant que parent
- Moments de joie et d'émerveillement
- Écoute des besoins de l'enfant
- Développement de son instinct



Informations utiles:

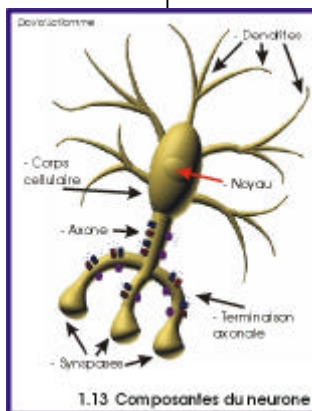
Guider les parents dans l'apprentissage du massage pour bébé, leur faire découvrir un autre moyen d'échange et de communication avec leur enfant grâce à un toucher sain et nourrissant, valoriser leurs compétences, les soutenir dans leur démarche et au travers d'un sourire partagé, être le témoin privilégié d'un lien d'attachement qui grandit entre un parent et son bébé. Telles sont les expériences enrichissantes et valorisantes que vous pourrez rencontrer grâce au travail merveilleux qu'est l'enseignement du massage pour bébé.

Fabienne Kienholz, qui dispense les cours de l'Orangerie, est une instructrice certifiée

D'autres adresses auprès de l'Association suisse en massage pour bébé, à Bienne, tél: 032/342.07.07

Cent milliards de neurones

A sa naissance, le bébé possède cent milliards de neurones désorganisés. Au fur et à mesure qu'il grandit, le bébé accumule connaissances et habiletés, ses neurones se connectent les uns aux autres. A deux ans, 75% des neurones présents auront réussi à se connecter grâce aux stimula-



tions envoyées par les capteurs sensibles (nez, yeux, peau...) On sait qu'un bébé qui est gardé dans son berceau coupé de toute stimulation risque de souffrir d'un réel retard de développement. En quelque sorte, on a empêché ses neurones de se connecter.

Il existe trois types de neurones: les neurones sensoriels,

les neurones intermédiaires et les neurones moteurs. Les premiers envoient au système nerveux central, les perceptions reçues à partir de tout le corps. Les seconds rassemblent l'ensemble des informations et indiquent aux derniers les réactions à initier. Il faut savoir que les neurones se ramifient constamment à mesure qu'ils reçoivent de nouvelles informations. C'est dans cet esprit qu'il faut concevoir une stimulation précoce et permanente du cerveau, puisque plus il est stimulé, plus il se développe.

Que faire quand votre bébé pleure?

Les bébés qui pleurent sont une source d'inquiétude pour beaucoup de parents. Quand un bébé pleure sans qu'on sache pourquoi, cela peut créer des sentiments de frustration, d'anxiété, d'impuissance. En réalité, les bébés pleurent pour deux raisons profondes. D'une part, ils essaient de communiquer un besoin ou une gêne. Dans ce contexte, le rôle des parents est d'essayer de trouver puis de combler ce besoin le plus rapidement possible. L'autre source de pleurs est plus complexe: elle survient et peut

durer même lorsque le bébé est comblé. On a longtemps attribué ces pleurs à des douleurs stomacales; il semble aujourd'hui qu'elle soient plutôt émotionnelles. Lorsqu'un enfant naît, il a tout à découvrir et à apprendre. C'est une terrible source de stress, stress qui doit pouvoir s'évacuer. Les pleurs sont un mécanisme naturel de guérison. Un enfant de trois mois peut par exemple avoir besoin de pleurer longtemps après une réunion de famille durant laquelle il est passé de bras peu connus en bras étrangers... Toutes les

sources de stress sont ainsi susceptibles de provoquer les pleurs du bébé. Ainsi, pleurer est le processus par lequel le bébé se guérit de son stress.

Les parents doivent d'abord veiller à satisfaire les besoins immédiats du bébé (faim, froid...) et s'assurer qu'aucune cause médicale n'est à l'origine des pleurs. Si votre bébé pleure toujours, il faut le tenir avec amour et lui permettre de pleurer. Jamais il ne devrait être laissé seul: caressez votre enfant, parlez-lui, après les larmes réparatrices, il s'endormira bien mieux.

Etats de conscience du bébé reliés au massage

Etats et mouvements remarquables

Sommeil profond, aucun mouvement

Sommeil paradoxal, beaucoup de mouvements

Veille calme, yeux ouverts, peu de mouvements

Veille active, bouge beaucoup, de façon parfois saccadée

Pleurs, les mouvements sont incontrôlés

Somnolence, mouvement légers, visage renfrogné

Respiration et signes du visage

Respiration régulière, visage détendu

Respiration irrégulière, mouvements rapide des yeux

Respiration régulière, visage détendu

Respiration irrégulière, l'enfant peu pleurnicher

Respiration irrégulière, yeux ouverts ou fermés

Respiration irrégulière, yeux embrumés

Massage selon l'état de conscience

Massage non recommandé: manque d'interaction

Massage non recommandé: manque d'interaction

Etat de conscience idéal pour recevoir le massage

Massage lent et rythmé: amène le bébé à une veille calme

Arrêt du massage ou changer de partie du corps

Mouvements rythmiques pour amener à la veille calme, lents pour le sommeil profond.