

## Si une déformation apparaît

- Inciter votre bébé à dormir du côté non aplati (3/4 latéral sous surveillance) pendant les siestes. Vous pouvez vous aider d'une serviette enroulée ou d'une mousse triangulaire.



- Stimuler la rotation de la tête de l'autre côté : lumières, jouets, mobiles, visages familiers, sons...
- Adapter le portage, pour favoriser la rotation de la tête
- Utiliser aussi la position ventrale pour jouer. sur tapis de sol ou sur vous

## Éveil sur le ventre

### Recommandations :

Entre 0 et 2 mois : 30 minutes / jour.

Entre 2 et 4 mois : de 45 minutes à 1h30 / jour.

Quand : uniquement lors des temps d'éveil.

Procédé : augmentation progressive par palier de 10 secondes.

Familiarisation : peau à peau, ventre à ventre, lors des changes.

Où et comment : surface plane, dégagée et sécurisée, avec les parents.

## L'essentiel sur la plagiocéphalie

### BÉBÉ DORT SUR LE DOS et BÉBÉ JOUE SUR LE VENTRE

#### JE DORS SUR LE DOS

Bien à plat, sur matelas ferme (pas d'oreiller, ni de cale bébé).

#### JE JOUE AUSSI SUR LE VENTRE

Au sol, avec des jouets autour de moi (sans portique). Bébé libre de ses mouvements.

**Les possibilités d'amélioration sont maximales avant six mois et diminuent progressivement jusqu'à l'âge de dix-huit mois voire deux ans.**

## Contacts

Plaquette réalisée en collaboration avec l'Association des Kinésithérapeutes Pédiatriques du Territoire Normand (l'AKPTN)

Réseau de Périnatalité de Normandie  
02 31 08 33 26

<https://www.reseaux-perinat-hn.com>

Association des Kinésithérapeutes Pédiatriques du Territoire Normand (AKPTN)  
<http://www.lakptn.fr>

Crédit photo : Shutterstock

Illustrations : © 2004-2012 AboutKidsHealth

## Prévention des déformations de la tête du nouveau-né



### Bébé dort sur le dos Bébé joue sur le ventre



Informations à l'attention des parents



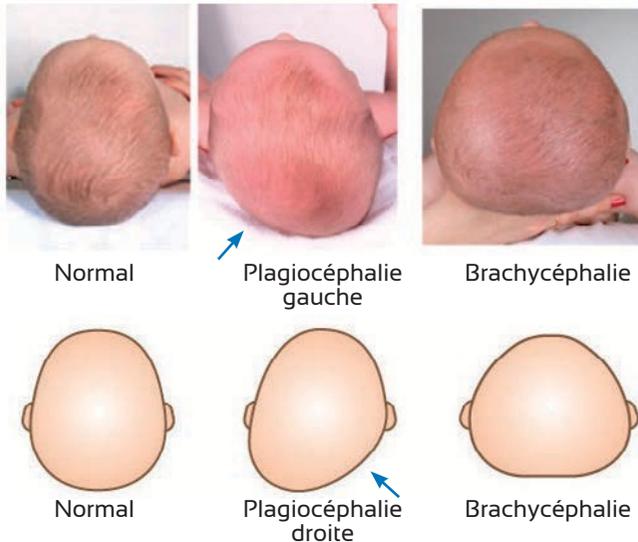
## Pourquoi la tête de mon bébé s'aplatit ?

Aujourd'hui votre bébé doit dormir exclusivement sur le dos afin de lui apporter des conditions de sommeil sécurisées.

Ses os du crâne peuvent s'aplatir sous les effets d'un appui prolongé.

On parle de :

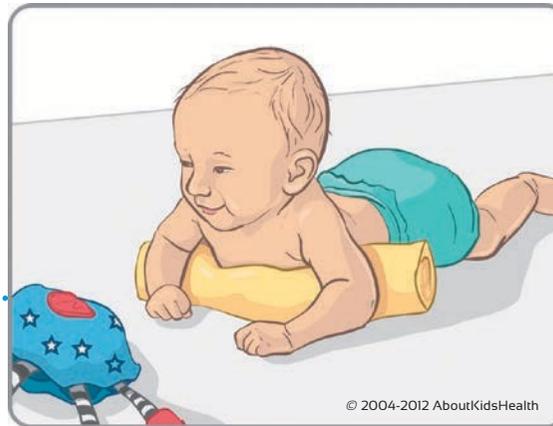
- **Plagiocéphalie** pour un aplatissement d'un coté du crâne
- **Brachycéphalie** pour un aplatissement de l'arrière du crâne.



Cette déformation peut être présente dès la naissance ou apparaître au cours des premières semaines.

## Comment prévenir les déformations ?

- Surveiller que votre bébé tourne la tête autant à droite qu'à gauche.
- Installer la tête de votre bébé dans une position différente à chaque fois que vous le recouchez.
- Réserver le siège coque au transport auto et le transat ou autres dispositifs à de courtes périodes de la journée.
- Alternier les positions Dos-Ventre-Côtés en période d'éveil, sous surveillance. Sur le ventre, aidez-vous au besoin d'une serviette enroulée.



- Pratiquer le portage face à vous en variant la position de la tête (exemple : écharpe).
- Donner à manger en changeant de côté (sein ou biberon).

## Quand consulter ?



- Si bébé penche la tête.
- Si bébé tourne toujours la tête du même côté.
- Si bébé incline aussi son corps.
- Si vous observez déjà un aplatissement de sa tête en la regardant par le dessus.

Dans tous ces cas, signalez-le à votre médecin traitant ou à votre pédiatre qui décidera de la prise en charge adaptée.

La déformation ne peut pas s'améliorer sans traitement précoce.