

Bébé Mamans

Le magazine de la famille

www.bebesetmamans.com

ALLAITEMENT MATERNEL

**8 SECRETS POUR
BIEN DÉMARRER**

NOOON, PAS DES LÉGUMES !

**DES RECETTES POUR
LUI FAIRE MANGER
DES LÉGUMES**

NOUVEAU-NÉ

**TOUTES SES
CARACTÉRISTIQUES**

Développement de bébé

Les petites choses qui peuvent l'aider



Sommaire

Janvier 2018



BÉBÉ

QUESTION SUR...

Les premières dents.

UN BAIN RELAXANT

Donner son bain à bébé, étape par étape.

LA MONTÉE DE LAIT

Nos conseils pour initier l'allaitement avec succès.

L'ART DE NE RIEN FAIRE

5 idées pour passer des moments amusants avec votre petit et lui dédier toute votre attention.

NOOON, PAS DES LÉGUMES !

Des recettes savoureuses et originales pour qu'il mange des légumes.

DÉVELOPPEMENT

Les étapes des grandes conquêtes psychomotrices de l'enfant.

PÉDIATRE

Que faut-il faire s'il s'évanouit ?

NOUVEAU-NÉ

Toutes ses caractéristiques.

OUI/NON

Est-ce que papa s'implique suffisamment ?

HOROSCOPE

Les prédictions du mois de janvier.



Bébé



Ce mois-ci, nous vous donnons des idées pour profiter de bébé et lui dédier des moments rien qu'à lui. Nous vous proposons également des recettes pour lui apprendre à manger des légumes !



Les premières dents

Au total, votre bébé a 20 petites dents et les premières commencent à apparaître vers l'âge de six mois. Nous vous expliquons comment sortent les dents de lait et la façon de soulager la douleur que cela provoque chez votre petit.



1 Comment soulager la douleur que suppose la sortie des dents?

Si votre enfant est très perturbé par des gencives douloureuses, vous pouvez lui donner un anneau de dentition qui exerce un léger massage sur les gencives et procure un certain soulagement au bébé. Vous pouvez également trouver des pommades à appliquer sur les gencives qui contiennent des substances légèrement anesthésiques, et d'autres qui réparent et protègent la peau du visage exposée à la bave et à l'humidité.

2 Quand sortent les premières dents et dans quel ordre?

En général, les premières dents de lait à sortir sont les incisives centrales inférieures, qui font leur apparition vers les six mois. Le mois suivant, c'est généralement au tour des incisives centrales supérieures, puis les latérales inférieures et enfin les latérales supérieures. De cette manière, vers ses 1 an, votre enfant devrait avoir environ huit dents. Les quatre premières molaires ont tendance à sortir entre 12 et 18 mois, tandis que, pour les canines, il faut attendre les deux ans. Puis, vers les deux ans et demi, trois ans, apparaissent les quatre dernières molaires. Cependant, les temps de croissance décrits ne sont pas égaux chez tous les enfants. Chez certains, les premières incisives apparaissent après la première année...

3 Qu'est-ce qu'il ne faut pas faire ?

Comme il ressent une gêne dans la bouche, l'enfant peine à mâcher et refuse souvent de manger. Dans ce cas, ne le forcez pas, car la douleur disparaît généralement spontanément en quelques jours. Offrez à votre petit des aliments mous et liquides et servez-lui ses plats tièdes ou froids.

Bebes et Mamans.com

ENTREZ DANS LA SECTION **BÉBÉS**, ET TROUVEZ TOUTES LES INFOS SUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DE VOTRE PETIT.



La Redoute

Prenez la vie du **beau côté** !

Maternité

Bébé

Puériculture

Chambre



Un bain relaxant



Le bain ne sert pas seulement à assurer l'hygiène de bébé, c'est aussi un grand moment de plaisir pour la maman et son petit. Voici, étape par étape, comment procéder pour ce « rituel » quotidien.

1 LES PRÉPARATIFS

Posez la tête de bébé au creux de votre bras en retenant son épaule de la main ; puis passez votre autre bras sous les hanches en maintenant la cuisse. Plongez bébé dans l'eau en commençant toujours par les pieds.



2 D'ABORD LA TÊTE

Les bébés n'apprécient pas particulièrement qu'on leur lave la tête. Pour que ce soit plus facile, placez bébé en position horizontale, sa tête toujours au creux de l'un de vos bras et, avec l'autre main libre, massez délicatement le cuir chevelu avec le shampoing.

3 PUIS LE RESTE DU CORPS

Employez de préférence une éponge naturelle et procédez avec douceur : des mouvements trop brusques pourraient effrayer bébé qui se mettrait alors à pleurer. Lavez avec soin tous les petits plis de la peau ; pour laver son dos, soulevez légèrement bébé par l'épaule externe en passant votre bras devant sa poitrine : le contact de votre bras le rassurera.



4 FINALEMENT, ON SÈCHE BÉBÉ

Dès que vous sortez bébé du bain, enveloppez-le dans une grande serviette. Puis installez-le sur la table à langer et séchez-le en procédant par tapotements délicats, sans frotter, en accordant une attention toute particulière aux petits plis de la peau.

Tout savoir sur LA MONTÉE DE LAIT

Après l'accouchement commence l'allaitement, qui doit être bien fait pour garantir au bébé les nutriments dont il a besoin. Voici, en huit points, les secrets de la mise en marche de l'allaitement maternel.

Après la naissance, les attentions et les attentes se concentrent sur un nouvel objectif : la montée de lait. Pour certaines mères, elle s'annonce avec des signes évidents mais, pour d'autres, rien ne change. Alors, comment fonctionne la montée de lait ? Voici comment mettre en place les bases d'un allaitement réussi.

1

Vos seins gonflent, ils sont tendus et peuvent être douloureux : ce sont les symptômes normalement associés à la montée de lait. Mais l'absence de symptômes signifie-t-elle qu'il n'y a pas de lait ?

L'expulsion du placenta après la naissance donne le signal à l'organisme maternel que le moment est venu de produire du lait. L'organisme comprend que le bébé, initialement alimenté par le cordon ombilical, n'est plus dans le ventre de la mère et qu'il a besoin de colostrum, puis de lait, pour continuer à se nourrir. L'organisme de la mère envoie

au nouveau-né une « provision » de nourriture sous forme de colostrum, en attendant de recevoir des informations plus précises sur ses besoins. Cette information, qui vient directement du bébé, établit la quantité de lait dont il a besoin à travers la fréquence des tétées. Les premiers jours après l'accouchement, surtout s'il s'agit d'un premier enfant, le corps de la mère peut souffrir de l'excès de lait. Mais, si bébé prend le sein à la demande, il tète plusieurs fois par heure et vide la poitrine efficacement et le lait arrive sans aucun changement particulier.

Comment soulager l'inconfort lorsque la montée de lait provoque gonflement et douleur ?

Il faut allaiter souvent et, avant la tétée, appliquer de l'eau chaude avec une éponge et masser doucement la poitrine pour l'assouplir. Si vous remarquez que bébé a du mal à prendre le sein parce qu'il est trop plein, vous pouvez tirer un peu de lait pour soulager la tension. Après la tétée, appliquez une compresse froide, qui aide à réduire l'inflammation.



Quand a lieu la montée de lait ?

3 Si l'accouchement a été naturel, sans intervention médicale, l'enfant placé sur la poitrine de la mère à la naissance est capable de trouver le sein sans aide extérieure. Il peut alors commencer à téter les premières gouttes de colostrum. L'aspiration du colostrum stimule la montée de lait. En général, elle a lieu avant le troisième jour après l'accouchement, mais certains facteurs liés à la naissance et à la santé de la femme peuvent provoquer un retard de 24 à 48 heures : les césariennes (pas

tant par le mode d'accouchement, mais parce que la mère n'a pas la possibilité de mettre le bébé au sein aussi souvent que nécessaire si elle ne reçoit pas l'aide nécessaire), le fait d'avoir pris beaucoup d'analgésiques pendant la dilatation et l'accouchement (selon certaines études, il existe une relation avec le retard de la montée de lait), le diabète et les troubles hormonaux. Dans ces cas-là, bien que la montée de lait tarde à arriver, le bébé trouve du colostrum dans les seins, qui est un véritable élixir de santé, riche en nutriments et en anticorps.



4 Si la montée de lait n'est pas annoncée avec des changements évidents, comment savoir qu'elle a eu lieu ?

L'apparence du lait change. Le colostrum a une consistance très dense et est de couleur jaune orangé, tandis que le lait est plus blanc et plus liquide. Un autre signe indubitable est le changement dans les selles du bébé. Dans les deux premiers jours, grâce à l'effet laxatif du colostrum, le nouveau-né expulse du méconium, sombre (vert olive, presque noir), dense et collant. Avec la montée de lait, pendant un ou deux jours, des selles de transition apparaissent, verdâtres. Elles sont l'intermédiaire entre le méconium et les selles des enfants nourris au sein. Dès le sixième jour, les selles, qui doivent être au nombre d'au moins 3 à 5 pendant les 24 heures, virent au jaune moutarde.



Comment savoir qu'on allaite bien ?

Voici les caractéristiques d'une tétée idéale :

- La mère est dans une position confortable et le visage du bébé est au niveau de la poitrine, afin qu'elle ne se penche pas en avant et que bébé ne soit pas obligé de tourner la tête.
- La mère soutient bien le corps du bébé et le cale sur son propre corps : oreille, épaule et hanche sont alignées.
- La bouche du bébé est grande ouverte et couvre une grande partie de l'aréole. Les lèvres sont orientées vers l'extérieur et détendues.
- Le bébé alterne entre succion et déglutition. On n'entend aucun son lors de la succion.

Peut-on faire quelque chose pour favoriser montée et production de lait ?

La première tétée doit être donnée dans la salle d'accouchement, lorsque le couple mère-bébé est sous l'effet des hormones de l'accouchement. Ceci favorise un bon début d'allaitement. Pendant le séjour à l'hôpital, mère et bébé doivent être ensemble 24/24h pour apprendre à se connaître et pour que le nouveau-né puisse s'entraîner à téter, en apprenant à prendre le sein les jours où il est encore souple, avant la montée de lait.

5

Comment savoir si le corps produit suffisamment de lait ?

Pour que le sein puisse produire le lait nécessaire, l'enfant doit pouvoir téter aussi longtemps que nécessaire. Dans les premiers temps, les seins calibrent la production pour répondre aux besoins de bébé et cela ne peut se faire que si l'allaitement est exclusif, s'il est à la demande, si la succion est efficace et si la position et la prise sont correctes.

Faites qu'il ne sente que
votre amour à chaque instant.



Le choix
N°1
des
maternités*

Partenaire de
sos préma
& bébés hospitalisés

Nouvelles couches Pampers® Premium Protection New Baby

Les premiers mois de votre bébé passent très vite et sont une aventure pleine de premières fois. Pour chacun de ces moments, assurez-vous que votre bébé ne ressent que votre amour, avec les nouvelles couches Pampers Premium Protection New Baby. Elles sont douces comme de la soie et offrent à votre bébé notre meilleure absorption.

*Source : Rivadis, distribution statistique en maternités, février 2015.

Pampers
aimerdormir&jouer



7

Que faire si vous avez mal pendant l'allaitement ?

Les premier ou deuxième jour après la naissance, une légère gêne peut être acceptable, mais si le malaise ne diminue pas rapidement jusqu'à disparaître, et si vous avez mal, cela signifie que quelque chose ne fonctionne pas. Il est encore fréquent de penser que l'allaitement fait mal, mais ce n'est pas le cas. Allez voir un spécialiste compétent pour identifier la cause de la douleur et pour corriger les problèmes possibles.

Qui peut vous aider à allaiter ?

En cas de doute ou de difficulté, il est important de demander de l'aide. Informez-vous pour savoir s'il existe un service de soutien à l'allaitement géré par une personne compétente comme une sage-femme. De même, il est possible de faire appel à un expert bénévole de la *Leche League France* (www.lllfrance.org) ou à d'autres associations de soutien à l'allaitement maternel, généralement composées de mères volontaires ayant de l'expérience et des connaissances en matière d'allaitement maternel.

Des tétées fréquentes et prolongées peuvent-elles fatiguer physiquement et psychologiquement la mère ?

Durant les premières semaines, le rythme de croissance du bébé est très élevé et il est évident qu'il doit téter très souvent. C'est pourquoi, dans l'imaginaire collectif, l'allaitement est généralement associé à un effort supplémentaire pour la mère. Si vous laissez de côté l'aspect culturel, demandez-vous si cela est vrai. L'allaitement est l'une des rares occasions durant lesquelles la mère s'autorise à s'asseoir sur le canapé, à étirer ses jambes

et à faire une pause. Les hormones produites pendant la tétée lui apportent une agréable sensation soporifique et l'aident à faire face au rythme exigé pour prendre soin de bébé. Quand une mère dit que l'allaitement la fatigue, il faut qu'elle réfléchisse à ce qui la fatigue vraiment. Et, généralement, ce n'est pas l'allaitement maternel qui la fatigue le plus, mais les difficultés qu'elle peut rencontrer au quotidien : les inquiétudes concernant l'allaitement qui n'a pas démarré correctement, les attentes ou la pression sociale, et le manque d'aide.

8

Les expériences extraordinaires: La 1^{ère} carotte.

• Les bébés découvrent les aliments avec leur bouche mais aussi avec leur nez et leurs doigts, avec tous leurs sens en fait.

→ C'est pourquoi Blédina apporte le plus grand soin à ses produits pour restituer au mieux les goûts, les couleurs et les odeurs des ingrédients d'origine.

ingrédients
100% d'origine
naturelle



essayer c'est
GRANDIR

Le lait maternel est l'aliment idéal et naturel du nourrisson jusqu'à 6 mois au moins.

Bouger, jouer est indispensable au développement de votre enfant. www.mangerbouger.fr

Être avec votre bébé,
simplement profiter l'un
de l'autre, sans rien faire
ou penser à autre chose...
Ce sont des moments
magiques dont vous
garderez un souvenir
indélébile.

L'art de ne RIEN FAIRE



JEUX POUR BÉBÉS

Les jeux pour bébés, qui sont souvent accompagnés de chansons enfantines, sont une option idéale pour interagir avec les plus petits et renforcer le lien avec eux. Les petites marionnettes, par exemple, amuseront beaucoup votre bébé.

VIVE LA MUSIQUE !

La musique interagit avec les émotions de l'enfant. Pendant que vous chantez, encouragez-le à participer en le faisant chanter avec vous et tappez dans vos mains.

Il réagira à la mélodie en bougeant. Peu importe la musique, si l'habitude est créée, c'est un cadeau qui accompagnera bébé tout au long de sa vie.



LES CHATOUILLES !

Ensemble, allongés sur le lit, le matin ou après une longue journée... Les chatouilles sont l'un des jeux préférés des enfants. C'est une façon amusante de favoriser le contact, de relâcher les tensions et de créer des moments heureux, tout en riant aux éclats. Et l'entendre éclater de rire, quel bonheur !





PROFITER DE LA NATURE

Profitez d'une journée ensoleillée pour vous promener et apprendre à votre enfant l'amour de la nature. Le chant des oiseaux, les feuilles bercées par le vent, le parfum des fleurs... La nature vous offre mille façons de mettre en pratique les sens de votre enfant et d'expérimenter ensemble un monde de sensations.



Lire une histoire

Lors de la lecture, l'enfant se sent important, car c'est un moment que vous lui consacrez exclusivement. Au début, ce sera comme un jeu. Ensuite, cela deviendra une habitude indispensable qu'il vous réclamera avant d'aller dormir. Ce n'est pas grave s'il vous fait lire la même histoire tous les soirs, cela le rassure et l'aide à s'endormir.



NON !

J'en veux
pas !!!

Horreur, courgettes et carottes ! Les légumes sont un terrain difficile. Un bon moyen d'éviter les disputes ? Cachez-les dans des recettes originales et délicieuses, qui séduisent avant tout par la vue.

Tout le monde sait que les légumes sont indispensables à la santé, mais si vous devez faire face à un enfant qui ne veut rien savoir, essayer de le convaincre avec des leçons sur l'alimentation (les légumes sont bons pour la santé...) ne changera rien. Le plus important est que les réserves de vitamines, de fibres et de sels minéraux atteignent leur destinataire, même si elles sont basées sur des stratagèmes pour que l'enfant en mange.

VIVE LA COULEUR ORANGE !

- **Vous pouvez offrir à votre enfant une belle purée orange.** La carotte seule suffit, mais vous pouvez aussi l'accompagner de lentilles rouges sans peau ou d'un mélange de haricots secs et de curcuma, qui accentuent également la couleur.

- **Votre enfant préfère le rouge ?**

Vous pouvez lui proposer une savoureuse purée de poivron, de tomates et de haricots secs. Si cela fonctionne, vous pouvez prendre le chemin du fuchsia avec de la betterave. De cette façon, son attention est détournée du vert typique des légumes, que vous laisserez pour une deuxième étape, une fois que les saveurs végétales auront été introduites.



EFFET VELOUTÉ

- **En général, la purée de pommes de terre est la préférée de tous,** mais que se passe-t-il si vous proposez également des courgettes, des petits pois et des épinards dans une version veloutée ? Les robots de cuisine les plus modernes transforment même les légumes les plus imprésentables en un plat gastronomique. Savourer sa texture veloutée et semi-liquide, avec une paille large, deviendra un jeu pour votre enfant.

CROUSTILLANT ET GOÛTU

- **Préparez une pâte avec de la pomme de terre, des carottes et des épinards, ou avec les légumes que vous voulez,** en tenant compte des goûts de votre enfant.

- **Formez des petites boules et enrobez-les d'une pâte à beignet légere.** Vous pouvez faire des beignets de légumes amusants, en les façonnant avec les formes que vous voulez. Quelques minutes au four et vous avez un plat pour les palais les plus exigeants.

3 recettes
pour triompher >>>

Muffins au brocoli

INGRÉDIENTS pour 12 muffins : 400g de brocoli, 250g de farine, noix de muscade râpée, 1 cc de levure, 100g d'emmental râpé, 150ml de lait, 3 œufs, sel et poivre noir moulu, huile végétale.

Faire préchauffer le four à 200°C. Graisser les moules à muffin avec l'huile. Blanchir le brocoli dans de l'eau bouillante salée pendant 5 min. Le passer sous l'eau froide, bien l'égoutter et le hacher finement. Battre les œufs et ajouter le lait. Ajouter la farine tamisée et la levure puis le fromage râpé, une pincée de sel, le poivre et la muscade râpée. Enfin, ajouter le brocoli. Bien mélanger et répartir le mélange dans les moules, en les remplissant au trois quarts. Mettre au four pendant 25 min. Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau. Celui-ci doit ressortir propre. Sinon, remettre au four 5 min de plus.



Calzone de légumes

Ingrédients pour 4 pers : 1 pâte feuilletée ronde, 1 aubergine, 1 poivron rouge, 1 botte d'oignons nouveaux, 100g de fromage de chèvre, une branche de romarin frais, huile d'olive, sel et poivre, 1 œuf.

Laver les légumes. Éépiner le poivron et le couper en petits cubes. Couper l'aubergine de la même manière. Peler les oignons nouveaux et les hacher finement.

Faire chauffer 2 CS d'huile d'olive dans une poêle et ajouter les oignons. Les faire suer quelques minutes jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides. Ajouter poivron et aubergine. Faire sauter 15 min à feu doux. Assaisonner avec du romarin frais haché, du sel et du poivre. Retirer et laisser refroidir.

Préchauffer le four à 200°C. Sur une plaque de four recouverte de papier cuisson, étaler la pâte feuilletée et couvrir la moitié de la base avec les légumes. Émietter le fromage de chèvre par-dessus et plier, pour former un calzone. Sceller les bords à l'aide d'une fourchette. Badigeonner la pâte avec l'œuf battu et faire un petit trou au milieu pour permettre à la vapeur de s'échapper. Mettre au four pendant 25 min, jusqu'à ce qu'il soit bien doré.

Je prépare la naissance de
MON BÉBÉ



J'ouvre mon livret
BÉBÉ *gratuitement*

Ouvrez un livret "**Maternité & Bébé**"
dans votre magasin Kiabi et
RECEVEZ 10% DU TOTAL DE VOS ACHATS*
qui vous seront offerts sous forme de chèque
cadeau au premier anniversaire de votre bébé.



*dans les rayons maternité & bébé 0-18 mois.

 KIABI EUROPE SAS RCS Lille Métropole B 344 103 270.

KIABI
la mode à petits prix

Boulettes de riz et légumes

INGRÉDIENTS pour 4 pers : 800 ml de bouillon de légumes, 2 oignons nouveaux, 1 échalote, 1 gousse d'ail, 2 carottes, 1 courgette, 20g de beurre, 400g de riz rond, sel, poivre, 80g de parmesan râpé, 2 œufs, 2 CS d'herbes hachées (persil, ciboulette), 120g de chapelure, huile végétale, 1 poignée de mâche, 1 yaourt nature, jus de citron.

Porter le bouillon à ébullition. Laver, nettoyer et hacher les oignons nouveaux. Éplucher l'échalote et l'ail et hacher le tout finement. Peler les carottes et les râper. Laver, nettoyer et hacher les courgettes très finement. Faire chauffer le beurre dans une poêle et faire revenir l'échalote et l'ail. Ajouter le riz et le faire revenir pour qu'il soit nacré pendant 2-3 min. Incorporer un peu de bouillon chaud, assaisonner le riz et continuer la cuisson pendant 10 à 12 min, en remuant et en rajoutant du bouillon de temps en temps. Ajouter les légumes et cuire le risotto 6 à 8 min jusqu'à ce que les grains de riz soient tendres. Retirer la casserole du feu, ajouter le parmesan et laisser refroidir. Pendant ce temps, mélanger le yaourt avec un peu de sel et de jus de citron jusqu'à consistance homogène, puis saupoudrer de ciboulette.



Mélanger les herbes et les œufs avec le riz, former des petites boules avec la pâte et les paner. Chauffer une poêle avec beaucoup d'huile. Faire frire les boulettes pendant environ 5 min, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Les retirer de la poêle et les égoutter sur du papier absorbant. Répartir la mâche sur les assiettes, disposer les boulettes et les saupoudrer de parmesan. Ajouter la sauce au yaourt et servir.

Bebes  **Mamans.com**  

**Un lieu de rencontre
pour toutes les
mamans !**



CLIQUEZ ICI !



C'EST NOUVEAU,
C'EST QUOI ?



Des prix réduits
sur tout, tout de suite,
sans exception,
promis !
En magasin
et sur **vertbaudet.fr**

Gigoteuse d'été
à partir de **24€95**

prix club **19€95**



Déjà client ?
Profitez des prix Club
pendant un an.

Pas encore client ?
Dès 3 articles achetés,
bénéficiez tout de suite
des prix Club !
Et hop... **c'est gratuit !**



> JE DÉCOUVRE

Quand sera-t-il capable de...?

C'est agréable de voir les progrès du bébé et de le voir prendre conscience petit à petit du monde qui l'entoure. Voici quelques-unes de ses petites conquêtes.

1 Sucrer son pouce

Bébé le faisait déjà dans le ventre, à partir du début du deuxième trimestre de grossesse, à environ 14-15 semaines. Alors pourquoi, à la naissance, il ne semble plus capable de sucer son pouce ? À la naissance, bébé doit adapter chacun de ses mouvements à un environnement complètement différent de celui dans lequel il était habitué à vivre : un petit espace, sans gravité et dans une position contenue. Par conséquent, il est forcé de réapprendre les mêmes mouvements. Autour de 8 semaines, vous le verrez probablement mettre sa main à la bouche, bien que certains bébés le fassent dès les premiers jours s'ils sont positionnés d'une certaine manière, à savoir portés dans les bras de manière stable et dans une position contenue, comme s'ils étaient dans l'utérus.







2 Regarder autour de lui

À peine né, bébé est capable de se focaliser sur ce qui se présente devant ses yeux, à une distance comprise entre 20 et 40 cm, qui est aussi l'espace laissé entre son visage et celui de sa mère pendant la tétée. Il est très attiré par les visages humains, les contrastes, les couleurs vives et les figures en mouvement. Si elles sont placées à cette distance, le bébé parviendra à les fixer et à les suivre, en bougeant les yeux ou la tête.



3 Changer de position pendant son sommeil

En général, autour de 5 mois, bébé peut changer de position tout seul, en roulant sur lui-même. Pour assurer la sécurité de l'enfant pendant son sommeil et limiter les risques de syndrome de mort subite du nourrisson, il est important d'enlever tous les jouets et toutes les peluches, d'éviter d'utiliser des oreillers et des contours de lit et d'utiliser un matelas ferme.



4 Agiter un hochet

Jouer avec un hochet demande une certaine agilité. Cela nécessite une maîtrise de la coordination visuelle et motrice, en plus d'une bonne capacité à prendre les objets. L'enfant doit regarder le hochet, diriger sa main, le ramasser et le secouer pour entendre le son. Il peut commencer à le faire autour de 4 mois. Le hochet apprend aussi au bébé la notion de cause à effet, c'est-à-dire quelle conséquence pour quelle action : en secouant le hochet, un son est produit.

5

Sourire intentionnellement

Un nouveau-né peut sourire dès les premiers jours, mais sachez qu'il ne le fait pas consciemment. Le sourire intentionnel se produit entre le premier et le deuxième mois. Tout d'abord, bébé sourit en réponse à celui qui lui sourit et, plus tard, en tant que « proposition » quand, par exemple, il voit sa mère s'approcher. Le rire lui-même ne se produit pas avant ses 3 mois.



6

Contrôler sa tête

C'est une capacité qui varie beaucoup d'un enfant à l'autre. Elle se développe petit à petit au cours du premier mois (la plupart des nouveau-nés ont tendance à lever la tête lorsqu'ils sont sur le ventre) et se perfectionne entre 4 et 6 mois. Au bout de 8 mois, bébé est capable de maintenir la position assise de manière autonome, sans utiliser de support.



7

Prononcer son premier mot (qui veut dire quelque chose)

Autour de 3-4 mois, bébé reproduit les sons qu'il entend de sa mère ou de son père. Vers 6 mois environ, il commence la première prononciation de syllabes, appelée « lallation ». Il s'agit d'un entraînement au langage qui débouchera, autour d'un an, sur le premier mot qui veut dire quelque chose (maman ou papa en général).



Il s'est évanoui...

Le malaise vagal, plus communément appelé évanouissement, se caractérise par une perte subite de connaissance.



Le malaise vagal peut s'exprimer par une perte de connaissance brève partielle (lipothymie) ou totale (syncope). Souvent, l'enfant est hypotonique, il transpire et ne répond pas aux stimuli ; la pression artérielle est en-dessous de la normale, le pouls est faible et les pupilles sont dilatées. Habituellement, dès qu'il reprend conscience, l'enfant récupère complètement.

• **Le malaise vagal est lié à un manque d'oxygène au cerveau** causé par des situations diverses qui sont à l'origine de la stimulation du nerf vague. S'ensuit alors un ralentissement du rythme cardiaque et une dilatation des vaisseaux sanguins, dans tout le corps, par l'action du système nerveux parasympathique. La conjonction de ces deux facteurs diminue l'apport de flux sanguin vers le cerveau, provoquant, ainsi, une perte de connaissance.

QUELLES SONT LES CAUSES DE LA SYNCOPE

Les déclencheurs du malaise vasovagal sont les mêmes qui produisent, chez les personnes sensibles, une activité accrue du système nerveux parasympathique. Les principaux facteurs sont un changement brutal de position (par exemple se lever trop rapidement), rester longtemps debout ou assis, ressentir un stress émotionnel ou une douleur violente, la vue du sang, l'exposition au soleil et à la chaleur, la faim, la foule et tous les éléments qui peuvent accélérer l'activité du système nerveux parasympathique, comme les spasmes des pleurs chez le jeune enfant ou une crise de spasmophilie (syndrome d'hyperventilation) chez l'écolier ou l'adolescent. Il peut également y avoir d'autres causes d'origine organique : métaboliques (diabète), cardiaques, neurologiques, etc., mais celles-ci s'accompagnent d'autres symptômes qui permettent de prévoir et d'anticiper le malaise.

Que faire s'il perd connaissance ?

Desserrez ses vêtements, soulevez ses jambes pour activer le flux sanguin cérébral, tournez sa tête sur un côté pour que sa langue ne bloque pas le passage de l'air, prenez son pouls et écoutez son cœur, pincez-lui la peau et passez-lui de l'eau fraîche sur le visage. Ne faites rien avaler à l'enfant tant qu'il n'a pas repris totalement connaissance ; à partir du moment où il reprend conscience, maintenez-le encore quelques minutes dans la même position.

**Un lieu de rencontre
pour toutes les
mamans !**



-  Toutes les réponses à vos questions et vos doutes avec plus de 5.000 articles.
-  Le Coin des Mamans : échanger et connaître d'autres mamans.
-  Le Pédiatre et le Gynécologue répondent à vos questions !

CLIQUEZ ICI !

Tout savoir sur le nouveau-né

Quelles sont ses caractéristiques physiques et les capacités sensorielles du bébé les premières semaines ? Nous vous expliquons tout !

LES PIEDS : IL EST NORMAL QU'ILS SOIENT FROIDS

Bien souvent, les pieds de bébé (voire aussi ses mains) sont froids, mais cela ne doit pas vous inquiéter outre mesure. Cela est dû au fait que l'appareil circulatoire n'est pas encore bien « rodé » et que la circulation sanguine dans les extrémités du corps est un peu ralentie. Si vous mettez votre bébé en position droite avec les pieds appuyés au sol, il donnera l'impression d'essayer de marcher : c'est ce qu'on appelle le réflexe de marche.

LES MAINS : PRÊTES POUR TOUCHER À TOUT

Parmi les cinq sens que possède chaque être humain, celui du toucher est le plus développé chez un nouveau-né, car bébé a pu s'entraîner dans le ventre de sa maman, en jouant avec le cordon ombilical ou en suçant son pouce pour certains ! Si vous touchez avec le doigt le centre de la paume de la main de bébé, celui-ci s'y accrochera dans un mouvement réflexe. Ses ongles, bien qu'ils soient très fins, peuvent être très long et poussent très vite.

LES OREILLES : DÉJÀ EN ALERTE !

Il arrive que certains bébés naissent avec une oreille pliée, conséquence du passage par la voie vaginale. Ne vous affolez pas, très vite, l'oreille reprendra sa forme normale. Quoi qu'il en soit, votre bébé entend bien, il reconnaît clairement les sons et les bruits qui lui arrivent depuis le dernier trimestre de grossesse. Il s'est habitué au son de la voix de sa maman, et la reconnaît sans difficulté.

LES YEUX : BÉBÉ VOIT CE QU'IL A BESOIN DE VOIR

Le nouveau-né a une capacité visuelle en accord avec ses besoins du moment. Il arrive à faire le point sur des objets qui se trouvent à environ 30 cm de lui, comme le visage de sa maman pendant l'allaitement. Les nouveau-nés ont souvent les yeux bleus ou gris-bleu, mais la couleur de leurs yeux n'est pas encore définitive. En règle générale, l'iris a tendance à se pigmenter et à s'obscurcir sur une période de 6 à 8 mois.

LES FONTANELLES : FONDAMENTALES POUR L'ACCOUCHEMENT !

Elles sont constituées de six petites zones molles présentes sur la tête du nouveau-né, situées à des points au niveau desquels les os du crâne ne sont pas encore soudés. Grâce à leur élasticité, la tête de votre bébé a pu légèrement se déformer et passer le long de la voie vaginale. La fontanelle principale est située sur la partie supérieure avant du crâne et mesure environ 2 cm. Bien qu'il faille traiter les fontanelles avec délicatesse, elles ne sont pas aussi fragiles qu'on le pense. La manipulation de votre bébé durant le bain ne comporte aucun risque.



LES ORGANES GÉNITAUX : DE GRANDE TAILLE ET UN PEU ROUGES

À cause des hormones que la maman transmet à son bébé durant la grossesse et pendant la naissance, la vulve pour les petites filles et les testicules pour les petits garçons, sont un peu plus grands, en proportion, que le reste du corps. De plus, les parties génitales du bébé peuvent être rouges, ceci étant dû à l'affluence de sang dans cette zone. Il s'agit de phénomènes complètement normaux qui ne doivent pas vous inquiéter et qui disparaîtront au fur et à mesure que le corps de bébé se développera.

LE MOIGNON DU CORDON OMBILICAL : À GARDER BIEN SEC

Le ventre d'un nouveau-né est très arrondi. Au centre du ventre se situe le reste du cordon ombilical, qui doit rester au sec afin de guérir et de sécher le plus rapidement possible. C'est pour cela qu'il est important, si le temps le permet bien entendu, de laisser le ventre de bébé à l'air de temps en temps. En général, le reste de cordon ombilical (aussi appelé moignon) tombe tout seul entre 3 et 7 jours après la naissance et laisse une petite croûte qui, à son tour, tombera quelques jours plus tard. La cicatrice qui sera ainsi laissée s'appelle le nombril !

LES PLEURS : UNE FAÇON DE COMMUNIQUER

En général, le bébé pleure de quatre façons différentes, suivant ce qu'il souhaite exprimer : la faim avec des pleurs forts et intenses ; le besoin de dormir, par une sorte de lamentation ; la nervosité, avec des pleurs par intermittence ; et enfin la douleur, qui commence par un cri puissant et soudain.

Concernant ce dernier point, au cours des premiers mois, la douleur est souvent due à des coliques et les pleurs s'accompagnent d'une flexion des jambes sur le ventre.



LE VISAGE : UNE PALETTE DE COULEURS

La peau du visage du nouveau-né est très délicate et souvent rougeâtre. Elle présente parfois des petits boutons blancs, résultats de l'accumulation de cellules épidermiques stagnantes à l'entrée d'un follicule, ou encore des croûtes de lait, minuscules morceaux de peau jaunâtres ressemblant à des pellicules et dus à une prédisposition génétique et à la difficulté à métaboliser un certain nombre d'hormones provenant de la mère.



Papa et bébé

Quand il faut s'occuper de bébé, papa et maman se comportent différemment. Pensez-vous que votre partenaire s'implique suffisamment.



Oui car...

... C'est mon compagnon qui s'occupe de notre enfant lorsque je travaille et je dois reconnaître qu'il le fait parfaitement, voire mieux que moi. J'ai beaucoup de chance qu'il s'y consacre de cette façon.

Véronique

... Je peux totalement compter sur l'appui et l'aide de mon compagnon pour élever notre fille. Ce n'est pas une aide qu'il m'apporte à une tâche qui me revient, non, c'est une responsabilité que nous partageons. Avoir un enfant est une grande aventure, à vivre à deux.

Ève

... Moi, je demande beaucoup à mon partenaire. Dès que nous avons commencé à vivre ensemble, je lui ai expliqué que nous devions partager les tâches, que je ne devais pas tout faire toute seule. J'enseignerai la même chose à mon fils, pour qu'il sache se débrouiller, qu'il vive seul ou en couple.

Francette

Non car...

... Mon partenaire ne s'occupe absolument pas de notre bébé. C'est moi qui dois tout faire tandis que lui peut avoir toutes les activités qu'il souhaite à côté.

Vanessa

... Le mien ne s'implique pas comme il le devrait ; dès qu'il peut, il s'échappe. Pour moi, ma priorité c'est mon fils ; pour lui, c'est d'abord lui et ensuite son fils. Moi, j'arrive en dernier et ça ne devrait pas être comme ça. Les hommes changent beaucoup lorsqu'ils deviennent pères.

Alice

... Nous les femmes, nous nous dédions totalement à notre bébé, dès la grossesse, et cela affecte tous les domaines de notre vie...

Patricia

... Je dois m'occuper de tout. Mon compagnon ne fait aucun effort pour quitter le travail un peu plus tôt le soir.

Mireille



BÉLIER

(21/03 au 20/04)

Déterminé et sûr de lui grâce aux influences de Mars, il sait exprimer clairement ses souhaits et ses besoins. Respectez son espace et donnez-lui des petites tâches à réaliser afin qu'il se sente responsable.

Parfois, son entêtement prend tout son sens... Lorsqu'il insiste pour faire quelque chose et qu'il n'y a aucun moyen de l'en dissuader, restez calme, c'est le signe qu'il affirme son caractère.



GÉMEAUX

(21/05 au 21/06)

Tendre et souriant, il veut jouer avec vous. Consacrez-lui du temps pour jouer. Les jeux de construction l'aident à augmenter sa capacité de coordination et d'orientation dans l'espace.

Très intéressé par les activités artistiques, il prend plaisir à imaginer de belles histoires, qui se reflètent dans ses dessins et ses constructions. Entourez-le d'un environnement chaleureux et protecteur.



LION

(23/07 au 23/08)

Content et désireux de capter l'attention de la famille, il veut discuter avec vous et vous pose des questions très intelligentes qui vous surprennent en raison de son jeune âge.

La Nouvelle Lune du 17 l'aide à sortir de la coquille dans laquelle il se réfugie parfois et s'ouvre à vous. Dorlotez-le, câlinez-le, cela augmente considérablement son estime de soi et sa confiance en lui.



BALANCE

(23/09 au 22/10)

La Lune Bleue de Janvier lui donne plus de force et de discernement intellectuel pour exprimer ses désirs et ses besoins. Vos nombreuses démonstrations d'affection lui donnent une grande confiance en lui.

Les fêtes lui ont apporté joie et excitation, l'arrivée des jouets et des cadeaux continue à l'exciter. Profitez avec joie de ces moments. Mars le rend particulièrement vif.



SAGITTAIRE

(23/11 au 21/12)

Imaginatif et fantaisiste, il adore raconter des histoires d'aventures. Distrayez-le en l'emmenant dans de nouveaux lieux et expliquez-lui l'histoire de certains monuments et bâtiments.

La pleine Lune du 2 l'influence de manière positive. Essayez de mettre de la musique agréable et tenez-le dans vos bras en suivant le rythme, cela augmente sa sensibilité et sa perception.



VERSEAU

(21/01 au 19/02)

Innovant par nature, il ne respecte pas les règles qui ne lui semblent pas justes. Il a la personnalité d'un leader et attire l'attention des autres enfants par son caractère ferme et original.

La Lune décuple sa sensibilité déjà profonde. Il adore entendre des histoires fantastiques qui stimulent sa créativité en encourageant son goût pour le dessin et d'autres activités artistiques.



TAUREAU

(21/04 au 20/05)



CANCER

(22/06 au 22/07)



VIERGE

(24/08 au 22/09)



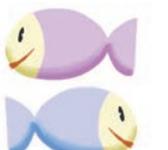
SCORPION

(23/10 au 22/11)



CAPRICORNE

(22/12 au 20/01)



POISSON

(20/02 au 20/03)

Bebes  et Mamans.com   

Le site et le magazine de la famille

CLIQUEZ ICI
ET DECOUVREZ LE VITE !

