

Ne secouez jamais un bébé



Prendre soin d'un bébé, c'est toute une responsabilité.

- Parfois le bébé pleure et vous ne comprenez pas pourquoi.
- Parfois vous êtes simplement épuisé et vous n'en pouvez plus.

C'est NORMAL de se sentir énervé, mais ce n'est JAMAIS NORMAL de secouer un bébé. Si vous secouez un bébé, vous risquez de le tuer!

Quand les bébés pleurent-ils? En général, parce qu'ils ont besoin de quelque chose. Les bébés normaux pleurent quand :

- Ils ont faim; Ils sont fatigués; Ils sont mouillés;
- Leur position n'est plus confortable.
- votre bébé veut simplement que vous le preniez vers vous et que vous le teniez dans vos bras.

Les bébés en santé pleurent pendant deux à trois heures par jour. Un bébé qui a des coliques peut pleurer toute la journée. Pour plus d'informations sur les bébés en santé communiquez avec Info-santé publique Ottawa 613-580-6744; Sans frais : 1-866-426-8885

Vous pouvez essayer de :

- Lui donner une bouteille ou l'allaiter;
- Masser doucement le ventre du bébé;
- Lui offrir sa suce; Marcher ou bercer le bébé en le tenant serré contre votre poitrine pour qu'il sente les battements de votre cœur;
- L'emmener promener à l'air frais; Chanter pour votre bébé ou lui parler;
- L'envelopper dans une couverture douce;
- Parler à une amie ou à un membre de votre famille pour exprimer votre inquiétude ou votre épuisement et pour lui demander de prendre la relève pendant quelques minutes.

Même les parents les plus patients se sentent dépassés ou se fâchent lorsque leur bébé continue à pleurnicher ou à pleurer malgré tous les efforts qu'ils déploient pour le contenter. Ils ont même envie de secouer ou de frapper le bébé... S'il vous vient cette réaction, éloignez-vous du bébé en demandant à quelqu'un de prendre la relève pendant quelques minutes, ou si personne ne peut vous aider, couchez le bébé dans son berceau.

Il est normal que vous vous sentiez à bout ou fâché , mais vous ne pouvez pas vous défouler sur le bébé.

Si vous avez besoin d'aide, appelez au 613-747-7800

La Société de l'aide à l'enfance d'Ottawa (613) 747-7800