

LIVRET D'INFORMATION

# COMMENT PRÉVENIR LA PLAGIOCÉPHALIE ?

*Quelques conseils afin de limiter les risques  
de plagiocéphalie...*

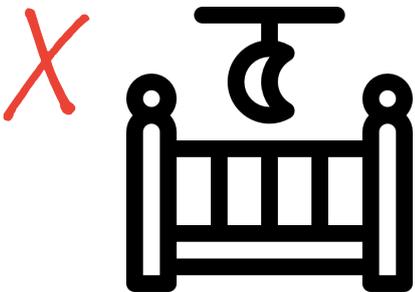
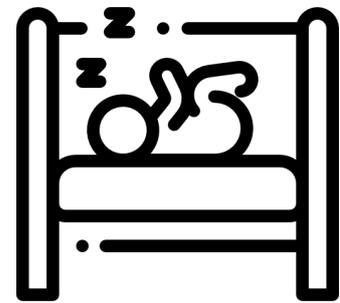


## TOUT D'ABORD...

*La plagiocéphalie est une pathologie qui se définit par une **déformation du crâne** caractérisée par une asymétrie donnant à la tête une forme oblique et sur laquelle il est possible d'**agir**.*

## QUAND BEBE DORT...

- Il est conseillé de coucher votre enfant **sur le dos**, sans oreiller ni couverture, dans un lit adapté.
- Vous pouvez **alterner les positions** de votre nourrisson en le mettant à la tête ou au pied du lit pour favoriser les rotations spontanées de la tête.



- **Limiter l'utilisation de mobile** au-dessus du lit de votre bébé qui fixe son attention dans une même position.

## QUAND BEBE EST ÉVEILLÉ...



- Favoriser le positionnement de votre bébé **sur le dos, au sol sur un tapis ferme** avec ses jouets autour de lui pour favoriser les rotations spontanées de tête.
- **Eviter l'utilisation d'arche de jeu** qui fixe l'attention du nourrisson.
- Il est conseillé de positionner votre enfant régulièrement (au moins 30min par jour) **sur le ventre ou sur le côté** sous surveillance d'un adulte.

- **Limiter au transport** l'utilisation de matériel restreignant les mouvements des nourrissons.



- Favoriser un portage dans les bras ou en moyen de portage en respectant le **dégagement des voies aériennes** et en **enroulant le bassin** du nourrisson.

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

*Prévention des déformations crâniennes positionnelles (DCP) et mort inattendue du nourrisson. Haute Autorité de Santé n.d. [https://www.has-sante.fr/jcms/p\\_3151574/fr/prevention-des-deformations-craniennes-positionnelles-dcp-et-mort-inattendue-du-nourrisson](https://www.has-sante.fr/jcms/p_3151574/fr/prevention-des-deformations-craniennes-positionnelles-dcp-et-mort-inattendue-du-nourrisson) (accessed January 16, 2022).*

---

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à consulter des professionnels de santé comme votre pédiatre ou votre kinésithérapeute !

