



LA SÉCURITÉ DU SOMMEIL DU BÉBÉ EN MILIEU D'ACCUEIL

Plusieurs recherches ont analysé le risque de mort subite inexpliquée du nourrisson quand l'enfant fréquente un milieu d'accueil... Rappel des mesures générales et particulières destinées à assurer un sommeil sécurisé.

L'accueil en Fédération Wallonie-Bruxelles concerne 50.000 enfants de 0 à 3 ans dont 2/3 en milieu collectif et 1/3 chez des accueillant(e)s. Parmi eux, entre 2005 et 2017¹, 25 sont décédés de mort subite ou de cause inconnue au cours du sommeil (dont 11 cas confirmés par autopsie). L'âge de survenue de ces décès se situe principalement entre 3 et 5 mois. Le mois de septembre est particulièrement à craindre.

On sait que les modifications de l'environnement, ainsi que la perte des repères parentaux sont sources de stress important pour le bébé. On peut se demander si cela ne constitue pas un risque supplémentaire pour la mort subite inexpliquée du nourrisson (MSIN). Ceci nous incite à proposer une période de familiarisation suffisante et à sensibiliser les parents à son importance.

Plusieurs recherches dans le monde ont analysé le risque de MSIN quand l'enfant fréquente un milieu d'accueil. Par rapport au début de l'accueil, la période à risque maximal est celle de la première semaine avec un pic pour les deux premiers jours ; le premier étant le plus redoutable, avec un risque multiplié par 100 par rapport à la période qui suit les deux premiers mois d'accueil !

Globalement, compte tenu du temps passé dans le milieu d'accueil, le risque de mort subite inopinée du nourrisson en milieu d'accueil est, selon les estimations de l'Académie américaine de pédiatrie, multiplié par un facteur de 2, voire de 4, dans un relevé réalisé aux Pays-Bas.

Il convient donc d'appliquer, en milieu d'accueil, les mesures générales destinées à assurer un sommeil sécurisé à l'enfant :

- dans un environnement à température modérée², aéré et ventilé de façon efficace,
 - en position **exclusivement** dorsale,
 - à plat sur un matelas dur,
 - dans un sac de couchage à bretelles, avec des vêtements adaptés à la température ambiante
- et pourquoi pas avec son doudou et/ou une tétine ?

D'autres mesures peuvent être prises pour diminuer les risques liés surtout au début de la période de l'accueil :

- pratiquer des durées d'accueil très progressives et avant l'accueil, familiariser le bébé, pendant un temps suffisant (voir Brochure « La familiarisation » ONE 2016), au nouvel environnement et aux nouvelles personnes,
- favoriser la poursuite de l'allaitement maternel,
- respecter les rythmes individuels,
- limiter le nombre d'adultes différents s'occupant des bébés et confier chaque bébé à la vigilance et d'un adulte référent,

¹ Selon le cadastre des événements graves en milieu d'accueil, établi par l'ONE

² En référence à l'art. 27 de l'Arrêté du Gouvernement de la Communauté française portant approbation des modalités fixées par l'Office de la Naissance et de l'Enfance, en vertu de l'article 14 du Règlement du 25 janvier 2017 de l'ONE relatif à l'autorisation : « Dans des circonstances atmosphériques normales, le milieu d'accueil veille à maintenir les températures suivantes : 18 °C dans les espaces de sommeil-repos; 20-22 °C dans les autres espaces. »

- exercer une surveillance accrue, de manière générale et faire, en particulier, des vérifications pendant la sieste (visuelle et tactile), surtout dans le cas où un état inhabituel est signalé le matin par les parents,
- et pourquoi ne pas faire dormir le tout-petit dans le milieu de vie pendant les premiers jours de l'accueil ?

Le **hamac** contrevient à plusieurs recommandations concernant le sommeil secure, il est donc **à éviter pour le nourrisson**.

QUE DIRE DE L'INCLINAISON DU LIT ET DES MODES D'EMMAILLOTAGE ?

L'**inclinaison** du lit et l'**emmaillotage** ne sont pas des systèmes dont on peut attester de la fiabilité et **ne constituent pas des modes de couchage à recommander**.

Ils peuvent toutefois améliorer le confort du sommeil de certains enfants et sont éventuellement mis en œuvre, au cas par cas, sur demande des parents et avec un avis médical circonstancié.

Précautions à prendre lors de l'inclinaison du lit : éviter le glissement du bébé au fond du lit, « en veillant à le placer les pieds au pied du lit ».

Quelques balises concernant la technique d'emmaillotage (à discuter au cas par cas avec les parents) :

- à ne pas appliquer chez le bébé avant quelques semaines,
- à ne jamais appliquer après quatre mois ou si l'enfant se retourne du dos au ventre (s'il se retourne sur le ventre, il ne pourra pas dégager sa tête pour respirer),
- l'enfant doit toujours être couché sur le dos,
- ne pas inclure la tête dans le drap d'emmaillotage,
- l'emmaillotage ne doit être ni trop lâche, ni trop serré,
- le bébé emmailloté requiert encore davantage de surveillance.

POUR EN SAVOIR PLUS :

- FA N°4 : Le repos du tout-petit : un moment important pour son développement
- FA N°15 : Comment réduire le risque de mort subite du nourrisson ?
- Brochure « Prévention de la mort subite du nourrisson » - Éducation à la Santé - ONE 2011
- Brochure « La familiarisation » ONE 2016
- Brochure « Grandir avec des limites et des repères ... pour aller plus loin » - p. 13
- Une bibliographie sur le sujet est disponible à la Direction Santé (direction.sante@one.be)

Michel DECHAMPS
Conseiller médical pédiatre ONE - Namur

Marylène DELHAXHE
Conseillère médicale pédiatre ONE - Liège

