

La plagiocéphalie... c'est quoi ?

Communément appelé la « tête plate »

Il s'agit d'un aplatissement du crâne du bébé suite d' une pression continue sur sa tête. Autrement dit, il s'agit d'une déformation de la boîte crânienne.

Les possibles causes ;

- la position intra-utérine du fœtus
- l'accouchement
- le dodo sur le dos
- le torticolis congénital

Comment prévenir la plagiocéphalie

En période d'éveil, varier les positions :

- Couchez le bébé sur le côté avec un petit rouleau ou un bas rempli de riz cru déposé le long du dos du bébé pour l'empêcher de changer de position
- Placez le bébé en position ventrale plusieurs fois par jour (faire de courtes périodes, d'une durée selon sa tolérance)
- Limitez le temps dans les sièges d'auto, dans les exercices et dans les balançoires
- Variez les positions lorsqu'il mange, boit ou lorsqu'il est dans vos bras
- Faites des exercices de rotation et d'inclinaison latérale du cou si le bébé a un torticolis
- Favorisez la position verticale le plus tôt possible

En position couché :

- Varier l'orientation de la tête du bébé dans sa bassinette

Le physiothérapeute ou l'ostéopathe sont toujours de bons professionnels à consulter en cas de besoin et selon référence de votre professionnel de la santé.