

« Prendre soin de son bébé :

Transmissions, astuces et confidences d'une puéricultrice »



Caractéristiques du livre :

Auteur : Mariama Bouibed

© Editions Marioumir, 2020

Livre broché 312 pages

ISBN : 978-2-9571418-0-7

Imprimé en France

Dimensions : 15,8 X 1,95 X 24 cm

Poids : 703g

Ce livre s'adresse avant tout aux parents d'enfant de moins de trois ans et aux futurs parents, mais aussi à toute personne responsable de soin au nourrisson. Il présente des savoirs scientifiques de puériculture (réponse aux pleurs, communication du nourrisson, portage, sommeil, alimentation, soins, éveil...) et les connaissances les plus récentes sur le développement de l'enfant dans ses différents axes : sensoriel, psychomoteur, cognitif, affectif et social, de façon à aider les parents à développer une sorte d'intuition parentale.

Ce guide pratique de puériculture, de 0 à 3 ans, s'articule autour de 5 chapitres :

1. Comprendre son bébé et communiquer avec lui en s'appuyant sur ses compétences néonatales
2. Nourrir son bébé, lui prodiguer les soins de puériculture et prendre soin de son sommeil
3. La santé du nourrisson, sa croissance et l'hygiène environnementale
4. Accompagner son bébé dans son développement psychomoteur et favoriser son éveil
5. Education et ressources de soutien à la parentalité

TABLE DES MATIERES

INTRODUCTION

CHAPITRE I : COMPRENDRE SON BEBE ET COMMUNIQUER AVEC LUI EN S'APPUYANT SUR SES COMPETENCES NEONATALES

1. Le nouveau-né : un être unique, socialement compétent et déjà riche de multiples expériences fœtales

- a. Les compétences sociales du nouveau-né
- b. Comment un nouveau-né perçoit-il le monde environnant ?
- c. Apporter du familier au nouveau-né : un rappel de ses expériences fœtales
- d. Utilité des réflexes archaïques lors des soins de puériculture

2. La naissance d'un bébé : naissance de nouveaux parents

- a. Parentalité, diversité des modèles parentaux et points communs
- b. Etre parent : un être relationnel avant tout
- c. Rôle du père en période périnatale
- d. Parents et bébé : des rythmes qui se rencontrent
- e. Nouvelle dynamique familiale et fratrie

3. Les besoins de l'enfant

- a. Besoins physiologiques
- b. Besoins psycho-sociaux et développement des compétences sociales et émotionnelles des enfants

4. Prendre soin et communiquer avec son bébé : passer d'une symbiose physique à une symbiose psychoaffective

- a. Communiquer avec son corps
- b. Portage, peau à peau, emmaillotage et massage
- c. Les pleurs et les compétences émotionnelles du bébé : les comprendre et intervenir de façon constructive

CHAPITRE II : NOURRIR SON BEBE, LUI PRODIGUER LES SOINS DE PUERICULTURE ET PRENDRE SOIN DE SON SOMMEIL

1. Les soins de puériculture : des soins techniques et relationnels

- a. Conditions pour des soins de puériculture en toute sécurité
- b. La notion de prendre soin

2. Soins d'hygiène et de confort : des savoirs faire à adapter à son bébé

- a. Caractéristiques physiques et physiologiques du nouveau-né
- b. Habillage, déshabillage et choix de la layette et des produits d'hygiène corporelle
- c. Soins d'hygiène : bain, visage, cordon, change
- d. Accompagner l'acquisition de la propreté

3. Le sommeil : mieux le comprendre pour mieux l'accompagner

- a. Besoin de dormir et se reposer : l'utilité du sommeil
- b. Comment évolue le sommeil durant l'enfance ?
- c. Installation du rythme jour nuit et évolution du temps de sommeil nocturne et des siestes selon l'âge
- d. Les éveils physiologiques : attention au mauvais conditionnement
- e. Recommandations liées au couchage
- f. Co-dodo ?

4. L'alimentation : bébé se nourrit des aliments et de la relation

- a. Allaitement maternel, mixte ou alimentation artificielle ?
- b. Conduire sereinement son allaitement maternel
- c. Donner le biberon à son bébé
- d. Diversification alimentaire et recommandations nutritionnelles
- e. Quantité alimentaire, composantes des repas, exemples de menus selon l'âge

5. Matériel de puériculture : que choisir ?

- a. Matériel de puériculture indispensable et matériel de confort
- b. Matériel de puériculture superflue et matériel à proscrire
- c. Astuces petit budget :
- d. Astuces gain de place

CHAPITRE III : LA SANTE DE BEBE, SA CROISSANCE ET L'HYGIENE ENVIRONNEMENTALE

1. La croissance de bébé : repères et facteurs influençant

- a. Le carnet de santé
- b. Des repères pour le suivi de sa croissance
- c. La dentition

2. Hygiène et santé environnementale : offrir un environnement prédisposant à un état de santé optimal

- a. Prévenir la pollution intérieure
- b. Les perturbateurs endocriniens et autres produits nocifs
- c. Produits d'hygiène environnementale et produits naturels
- d. Prévention des accidents de la vie courante

3. Santé de l'enfant

- a. Suivi de la santé et du développement de l'enfant
- b. Fièvre : utilité et conduite à tenir
- c. Bronchiolite (+DRP)
- d. Diarrhée (+SRO)
- e. L'érythème fessier :
- f. La vaccination

CHAPITRE IV : ACCOMPAGNER SON BEBE DANS SON DEVELOPPEMENT PSYCHOMOTEUR ET FAVORISER SON EVEIL

1. Développement psychomoteur : Accompagner le développement de la motricité de son bébé

- a. Les vertus de la motricité libre
- b. Aménagement des espaces de vie dédiés à l'enfant
- c. La plagiocéphalie : incidence sur DPM et prévention
- d. Modelage : une des activités de motricité fine préférées des tout-petits

2. Accompagner le développement cognitif et social de son bébé

- a. Comment le langage vient aux bébés
- b. Choix du matériel pédagogique en lien avec les étapes de développement de l'enfant
- c. Des temps d'ennui et de créativité
- d. Activités artistiques et culturelles chez le tout-petit
- e. Le livre dès le plus jeune âge
- f. Place des écrans dans la petite enfance
- g. Ressources d'éveil et de socialisation à l'extérieur du domicile

CHAPITRE V : EDUCATION ET RESSOURCES DE SOUTIEN A LA PARENTALITE

1. Responsabilités parentales

- a. La parentalité et l'autorité parentale
- b. Les droits de l'enfant
- c. Un exemple d'approche éducative bienveillante
- d. La coéducation

2. Approches pédagogiques et éducatives : l'éducation commence au berceau

- a. Adresser des paroles constructives à son enfant
- b. Accompagner un enfant en bas âge à intérioriser les règles et limites

3. Ressources à la fonction parentale

- a. La PMI
- b. La CAF
- c. Les LAEP, lieux d'accueil enfants parents
- d. Les prestations familiales
- e. Les modes d'accueil
- f. Les ateliers de maternage
- g. Réseaux de soutien et d'écoute et ressources multimédias