

## Les étapes du portage

### Avant

- Dites à votre bébé que vous vous apprêtez à le toucher (s'il tolère cette stimulation). Vous le préparez ainsi à votre présence et évitez les sursauts.

### Pendant

- Observez les signes de stress ou d'adaptation pour voir s'il tolère ce qui se passe. S'il présente des signes de stress, n'hésitez pas à appliquer les méthodes de retour au calme afin de lui laisser le temps et de se réorganiser.
- S'il le tolère, expliquez-lui ce que vous faites : « Maman te soulève doucement. On va prendre notre temps pour que tout soit OK pour toi. »

### Après

1. Appliquez les mêmes principes pour le retour dans le petit lit ou l'incubateur.
2. Prenez le temps de dire au bébé que le portage est terminé (s'il le tolère bien, évidemment).
3. Assurez-vous d'appliquer les **méthodes de retour au calme** pendant les minutes qui suivent afin de lui laisser le temps de se réorganiser et de s'endormir doucement.
4. Retirez vos mains **progressivement** de sorte que votre bébé sente toujours un contact à mesure qu'il se détend et s'endort.
5. Après la transition de l'incubateur au petit lit, l'état de votre bébé sera plus stable et il tolérera mieux de se faire prendre et bercer. En dehors des périodes de sommeil, ces deux actes pourront même l'aider à trouver le sommeil, à se sécuriser, à s'apaiser, à se consoler ou à passer un beau moment avec son parent, tout simplement.

fiche 6

#### un ensemble de 10 fiches

- |                           |                                   |                                  |
|---------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| 1 Le bain emmailloté      | 5 L'emmaillotement                | 8 Les déplacements               |
| 2 La méthode Kangourou    | 6 Les méthodes de retour au calme | 9 Les méthodes de positionnement |
| 3 Le toucher              | 7 Le portage                      | 10 Les massages                  |
| 4 Le changement de couche |                                   |                                  |



Le contenu de cette fiche est tiré du livre Être parent à l'unité néonatale : tisser des liens pour la vie (2017) écrit par Marie-Josée Martel et Isabelle Milette en collaboration avec Audrey Larone Juneau, inf. CHU Sainte-Justine. Reproduit avec la permission des Éditions du CHU Sainte-Justine.

## ÊTRE PARENT À L'UNITÉ NÉONATALE

# Le portage

fiche 7



Le portage fait référence au moment où vous prenez dans vos bras. Elle est aussi utilisée pour la méthode kangourou et lorsque vous le bercez.

En raison de l'immaturation de son sens de l'équilibre, le bébé prématuré tolère généralement moins bien le portage. Le bébé à terme malade peut également avoir de la difficulté à tolérer le portage vu son état de santé.

Les bébés admis à l'unité néonatale ont besoin d'aide pour se sentir en sécurité durant le portage, car les changements de position se font dans un milieu aérien et non dans un milieu aquatique comme dans l'utérus. Les grands principes du portage sont : l'enroulement en position fœtale, l'enveloppement et la cueillette de même que l'application d'une stimulation à la fois.

fiche **8**

### L'enroulement en position fœtale

Pour déplacer votre bébé dans le but de le porter, privilégiez l'enroulement en position fœtale. Cette méthode permet de maintenir une légère pression et un contact sur l'ensemble du corps du bébé, comme le faisait le liquide amniotique; de le maintenir en position fœtale, une position qui est rassurante pour lui; et d'éviter tout soulèvement dans les airs. Ces soulèvements peuvent en effet stimuler négativement son sens de l'équilibre, qui est encore immature.

### L'enveloppement et la cueillette

- Afin qu'il se sente en sécurité durant le portage, englobez votre bébé de vos mains afin de le maintenir en position fœtale (bras et jambes fléchis, mains près de la bouche, tête alignée avec le corps et légèrement fléchie vers l'avant). Vous pouvez placer une main sur ses fesses (sacrum) et l'autre derrière sa tête, entre les deux oreilles (occiput). Il vous sera ainsi plus facile de le maintenir en position fœtale.
- Lorsque vous êtes prêt à le soulever, penchez-vous vers lui afin de limiter le plus possible le temps de soulèvement. En d'autres mots, allez le cueillir directement sur son petit matelas en vous penchant le plus possible pour diminuer la distance qui vous sépare.
- Maintenez-le en position fœtale et collez-le contre vous. Vous transférez ainsi le poids de votre bébé sur vous. Votre corps lui offre par ailleurs une présence rassurante et un contact enveloppant. Ainsi lové contre vous, il tolérera mieux les changements de position.

## Le portage

- Vous pouvez également utiliser une couverture préalablement placée sous votre bébé pour lui offrir un plus grand sentiment d'enveloppement et stimuler positivement son sens du toucher. Ainsi, pendant le transfert du bébé vers vous, l'arrière de son corps est recouvert par la couverture.
- Dans la mesure du possible, évitez de placer vos doigts au niveau de la nuque lorsque vous prenez votre bébé, car cela peut faire basculer légèrement sa tête vers l'arrière. Une main placée derrière sa tête, entre ses deux oreilles, favorise le fléchissement vers l'avant et le maintien de la position fœtale.
- Si vous devez vous déplacer pour vous rendre jusqu'à un fauteuil, par exemple, rappelez-vous que plus votre bébé est prématuré ou malade, plus vos gestes et vos pas doivent être lents.

### Une stimulation à la fois

- Une fois bien installés dans le fauteuil ou la chaise berçante, prenez un moment pour laisser le temps à votre bébé de récupérer. Habituellement, il faut attendre **2 à 5 minutes** pour voir si le bébé a bien toléré le portage.
- S'il ne montre pas de signes de stress, vous pouvez commencer à lui fredonner une chanson douce ou à lui parler. Observez-le pendant quelques minutes pour voir s'il tolère bien cette stimulation. Plus votre bébé est mature et stable, mieux il tolérera les stimulations simultanées.
- Les tapotements, les caresses superficielles et les effleurements sont des stimulations **qui n'existaient pas** dans le ventre de la mère et qui sont plus difficiles à tolérer pour les bébés prématurés ou malades nés à terme. Vous pouvez essayer de bercer votre bébé, mais restez attentif à ses réactions et à ses comportements : ces mouvements peuvent en effet surstimuler son sens vestibulaire (équilibre).