

# Le bain de l'enfant avant 1 an



Au début, le bain n'est pas forcément le moment le plus apprécié de votre enfant, mais petit à petit, il peut le devenir. C'est un moment important de communication entre lui et vous.

## Quand donner le bain à votre enfant ?

Il n'y a pas de règle. Le meilleur moment est celui où vous êtes disponible pour votre bébé.

Si votre bébé a la peau fragile, vous pouvez espacer le bain à une fois tous les 2-3 jours. S'il est donné le soir, le bain peut permettre à votre bébé de se détendre avant son sommeil.

## Comment procéder ?

Assurez-vous que la température de la pièce soit agréable, environ 20 à 22°C et qu'il n'y ait pas de courants d'air.

Vous devez toujours avoir une main sur votre enfant quand il est sur la table à langer pour éviter qu'il ne tombe.



Lavez-vous les mains et préparez le matériel dont vous avez besoin pour le bain et la sortie du bain :

- Baignoire pour enfant
- Linges et gant de toilette
- Savon doux
- Coton, compresses
- Couches et habits de bébé
- Crème pour le siège si besoin
- Thermomètre de bain éventuellement

## En pratique

Préparez le bain avec de l'eau à environ 37°C. Vérifiez avec le thermomètre ou le coude.



Vous devez ressentir une sensation agréable, ni chaude, ni froide.

- Mettez un linge de toilette sur le matelas à langer
- Déshabillez votre enfant
- Afin que les selles ne salissent pas l'eau dans laquelle il va se baigner, nettoyez-lui les fesses avant de le mettre dans le bain



- Laissez-le se détendre et s'ébattre dans l'eau pendant quelques minutes au début, puis vous augmenterez ce temps progressivement
- Si votre enfant a des cheveux, vous pouvez les laver avec un shampoing doux non irritant
- Sortez-le du bain et essuyez-le, surtout dans les plis, en tamponnant
- Faites les soins du cordon ombilical si celui-ci n'est pas tombé
- Mettez la couche et habillez-le
- Se référer au feuillet sur « Les petits soins »

- Selon votre habileté, vous pouvez le savonner sur la table à langer ou directement dans l'eau
- Lavez-le de la tête aux pieds, dans tous les replis, à mains nues ou à l'aide d'un gant de toilette. Il est important de bien nettoyer dans les plis, sous le cou et de bien ouvrir les petites mains
- Ne lui savonnez pas le visage
- Rincez-le dans la baignoire en lui soutenant la tête avec votre avant-bras, votre main tenant le haut de son bras

### Important - Faites attention aux :

- Brûlures : vérifiez toujours la température de l'eau
- Noyades : ne laissez jamais l'enfant seul dans le bain, les dispositifs de maintien dans le bain ne sont pas sûrs
- Chutes : ne laissez jamais votre bébé seul sur la table à langer
- **Ne laissez jamais le bébé seul et sans surveillance pendant le bain !**

centrereference.ipe@avasad.ch

juillet 2018

