



Environnement du bébé prématuré

Brochure à l'attention des parents



Chers parents,

Dans le ventre de maman, le bébé se développe dans un environnement peu lumineux où les bruits sont filtrés.

L'environnement du bébé prématuré doit être adapté car il n'est pas prêt à faire face aux stimulations sonores et visuelles comme le bébé à terme.

C'est pour cela que nous veillons à créer une ambiance douce et agréable indispensable à son repos et à son développement.

Le système visuel



In utero, le système visuel est très peu stimulé. La vision est le sens le moins développé à la naissance. Le bébé à terme explore activement visuellement son environnement. Il voit très nettement ce qui se trouve à une distance de plus ou moins 30 cm.

La maturation de la vision se fait normalement durant le dernier trimestre de la grossesse où votre bébé prématuré se trouve lui dans l'unité de néonatalogie.

Chez le bébé prématuré, un excès de stimulation visuelle peut entraîner un stress. Ce n'est que vers 30 - 32 semaines que le bébé prématuré peut se protéger de la lumière en contractant ses pupilles.

On sait que la lumière affecte négativement les cycles de sommeil et d'éveil du bébé. Par contre, la pénombre entraîne des périodes de sommeil prolongé.

Il est important que le bébé prématuré ait des périodes ininterrompues de repos pour grandir et favoriser son développement cérébral.

Les lumières agressives peuvent le déstabiliser. C'est pour cela qu'on maintient une certaine pénombre dans sa chambre.

Comment agir ?

Nous pouvons couvrir les couveuses, diminuer l'éclairage dans la chambre et baisser les stores lors des périodes de repos.

Lors des soins, lorsque nous avons besoin de la lumière directe, couvrir partiellement la couveuse ou protéger les yeux de votre bébé à l'aide de nos mains ou d'un tissu. Cela nous permettra de le soigner au mieux sans l'exposer à une lumière excessive. Il est préférable d'utiliser la lumière naturelle plutôt qu'une lumière artificielle quand cela est possible.

Quand le bébé grandit, la protection sera progressivement diminuée pour lui faire profiter d'un cycle jour nuit progressif, tout en s'assurant de ce qui lui convient en observant son comportement.

Les périodes de sommeil seront toujours protégées même lorsqu'il sera en lit chauffant ou dans un petit lit.

Le système auditif

Le bébé développe son audition dès 20 - 24 semaines de grossesse. Chez le bébé prématuré, le bruit engendre un sommeil irrégulier, des périodes d'agitation, des désaturations, des changements de rythme cardiaque, de respiration et de la fatigue. Pour permettre au bébé un repos réparateur et favoriser le développement cérébral, il faudrait ne pas dépasser un niveau sonore de 50 dB.

Le niveau de la voix dans une unité néonatale se situe entre 60 et 70 décibels.

Comment agir ?

Nous essayerons donc de parler à voix basse près des bébés et nous favorisons les discussions en dehors de la chambre.

On évite de déposer du matériel sur la couveuse, les alarmes sont diminuées et éteintes au plus vite.

Fermer la porte de la chambre lorsque c'est possible ou dès qu'il y a une activité plus importante dans le service aide aussi à favoriser le calme et la tranquillité.

Dans l'unité néonatale, l'organisation des cycles de sommeil dépend de l'environnement et des soins. L'observation du comportement de votre bébé nous indiquera ses besoins à ce niveau.

Quand le bébé grandit, il parvient progressivement à protéger son sommeil. Cependant, même à l'approche de la sortie, protéger son sommeil lui demande encore souvent de l'énergie. Énergie dont il a besoin pour grossir, manger et interagir avec vous, ses parents.



Les systèmes olfactif et gustatif

Dans l'utérus, le bébé enregistre les odeurs via le passage du liquide amniotique au niveau de son nez et de sa bouche. Le bébé a des préférences olfactives qu'il nous montre au travers de son comportement.

Ses préférences s'orientent vers ce qu'il a connu in utero. En effet, le bébé préfère l'odeur de sa maman et le goût du lait maternel.

Comment agir ?

Ces odeurs favorisent son bien-être.

Nous l'aiderons donc en renforçant un environnement familial grâce au doudou, foulards ... avec l'odeur de maman et papa.

Glisser une goutte de lait maternel, lorsque l'état d'éveil de votre bébé le permet, favorisera son bien-être et son apprentissage alimentaire.



Service de soins intensifs néonataux (SIN)

+32 2 764 96 03

+32 2 764 96 08

Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCLouvain BRUXELLES



Basé sur les livrets d'informations outil CLE,
centre néonatal CHU Saint-Pierre, Bruxelles.
Editeur responsable : Thomas De Nayer / Service de communication
Mise en page : Rudy Lechantre
Photos : D.R.

Cliniques universitaires Saint-Luc
Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles
saintluc.be

© **Cliniques universitaires Saint-Luc**
Vous souhaitez vous inspirer de cette brochure ?
Merci de nous contacter préalablement.

 **Fondation
SAINT-LUC**
Cliniques universitaires SAINT-LUC
UCLouvain BRUXELLES

Si vous souhaitez nous
soutenir, vous pouvez faire un
don via la Fondation Saint Luc
grâce au QR code

