

## D'autres conseils au quotidien :

- Alternier les 2 côtés lors du biberon ou pour porter le bébé.
- Limiter le temps passé dans les sièges d'automobile et autres types de sièges.
- Garder un bel alignement de la tête dans la balançoire (*Mettre un petit rouleau de chaque côté de la tête*) et limiter le temps passé dans celle-ci.
- Prioriser le tapis d'éveil.
- Les jouets qui positionnent le bébé debout sont déconseillés. (*Entraînent un mauvais alignement du corps et de la tête.*) (CHU Ste-Justine, 2018)

### À qui se référer au besoin?

Votre bébé a un aplatissement de la tête, il a plus de difficulté à tourner sa tête d'un côté que de l'autre ou il a une tendance à tourner la tête toujours du même côté :

Parlez-en à son médecin et/ou référez-vous à un (e) physiothérapeute qui l'évaluera et qui vous orientera vers le traitement approprié. (Thibault, 2019)



## Références

Aarnivala, H., Vuollo, V., Harila, V., Heikkinen, T., Pirttiniemi, P., & Valkama, A. (2015). Preventing deformational plagiocephaly through parent guidance: a randomized, controlled trial. *European Journal of Pediatrics*, 174 (9), 1197-120.

Cavalier, A., & Picaud, J. C. (2008). Prévention de la plagiocéphalie posturale. *Archives de pédiatrie*, 15(1), S20-S23.

CHU Ste-Justine. ( 2018). *Torticolis et plagiocéphalie*. Repéré à <https://www.chusj.org/soins-services/T/Torticolis-et-plagiocéphalie>

SickKids. ( 2011). *Plagiocéphalie positionnelle (Syndrome de la tête plate)*. Repéré à <https://www.aboutkidshealth.ca/fr/Article?contentid=24&language=French>

Thibault, A. (2019). *Plagiocéphalie: pourquoi mon bébé a-t-il la tête plate?* Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec. Repéré à <https://oppq.qc.ca/blogue/plagiocéphalie/>

Unwin, S., & Dika, C. (2017). Deformational Plagiocephaly--A Focus on Prevention. *Journal for Nurse Practitioners*, 13(2), 162-169.

**UQAR**  
Université du Québec  
à Rimouski



**Prévenir  
Accompagner  
Prendre soin**

©Par Marie-Julie Harton inf., 2019  
Validé par Manon Lévesque, physiothérapeute

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
du Bas-Saint-Laurent**

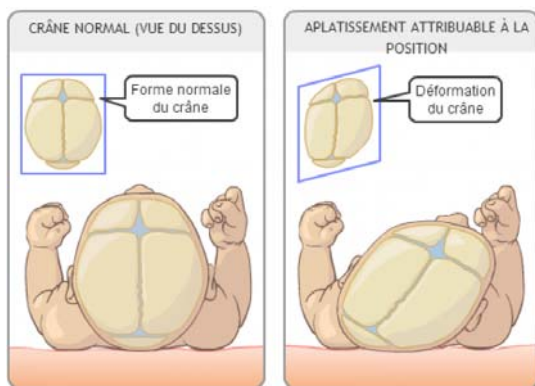
**Québec**

# Prévenir la plagio., pour le bien-être de vos cocos !!!

[*Plagiocéphalie  
positionnelle*]



**Québec**



(SickKids, 2011)

## Qu'est-ce que la plagiocéphalie?

Il s'agit de ce que l'on appelle communément la « tête plate », soit un aplatissement du crâne du bébé suite à une pression continue sur sa tête. (CHU Ste-Justine, 2018).

## Quelles sont les causes?

- Mauvais positionnement intra-utérin<sup>3</sup>
- « Dodo sur le dos »<sup>1</sup>
- Torticolis<sup>1</sup>
- Manque de motricité libre<sup>2</sup>
- De trop longues périodes passées dans les sièges d'auto ou d'autres types de sièges<sup>2</sup>



1 Aarnivala et al. , (2015); 2 Cavalier & Picaud, (2008); 3 Unwin & Dika, (2017)

## À propos du torticolis ...

« Souvent associé à la plagiocéphalie, le torticolis est une posture de la tête qui apparaît lorsque le bébé garde de façon constante sa tête inclinée d'un côté et tournée du côté opposé ». (CHU Ste-Justine, 2018).

« Une raideur de l'un des muscles du cou, du côté où la tête penche, le sterno-cléido-mastoïdien, entraîne un torticolis ». (CHU Ste-Justine, juin 2018).

## Les conséquences de la plagiocéphalie?

(Aarnivala et al., 2015)

Conséquences esthétiques :

- Un aplatissement du crâne d'un côté.
- Un front plus proéminent du côté de la plagiocéphalie.
- Un déplacement de l'oreille ou de la joue du côté atteint.

*La plagiocéphalie n'entrave pas le développement du cerveau du bébé.*

(Thibault, 2019)

## Comment prévient-on la plagiocéphalie? (CHU Ste-Justine, 2018)

Pour le dodo, environnement sécuritaire et toujours sur le dos !!!

- Varier l'orientation de la tête du bébé. (*Une fois vers la tête du lit et une fois vers le pied du lit.*)
- Varier la position de la tête du bébé dans le lit. (*Parfois vers la droite et parfois vers la gauche.*)
- Mettre un mobile au centre du lit vis-à-vis le nombril du bébé et non vis-à-vis sa tête.

*Attention aux nouveaux outils de positionnement. Ils ne sont pas toujours utiles et parfois non sécuritaires pour votre bébé.*

## À l'éveil :

- Placer le bébé sur le ventre plusieurs fois par jour sur de courtes périodes, d'une durée selon sa tolérance.
- Sur le dos, favoriser la rotation de la tête des deux côtés.
- Installer le bébé sur le côté supporté par un petit rouleau dans le dos.

