

Le syndrome du bébé secoué Shaken Baby Syndrome (SBS)

Les pleurs sont l'élément déclencheur le plus fréquent dans les cas de bébés secoués. Les lésions causées à un bébé secoué pour avoir pleuré sans arrêt se produisent souvent lorsque la personne qui s'occupe de lui perd son calme temporairement parce qu'elle est frustrée ou en colère.

Des ressources et des stratégies utiles sont à votre disposition ci-dessous pour vous venir en aide lorsque les pleurs du bébé causent de la frustration ou vous accablent.

Qu'est-ce que le syndrome du bébé secoué (SBS)?

Le SBS est le nom donné à un ensemble de symptômes de lésions cérébrales observés chez les nourrissons qui ont été violemment secoués, avec ou sans impact à la tête. Il est également appelé trauma crânien causé par la maltraitance des enfants au Canada.

Pourquoi est-il si dangereux de secouer un bébé?

Le cerveau des bébés est fragile et immature, leur tête est grosse et lourde par rapport au reste du corps et les muscles du cou ne sont pas assez forts pour en soutenir le poids.

Lorsqu'on secoue un nourrisson, sa tête fait un mouvement de va-et-vient en rapide accélération et décélération, suivant la forme d'un huit, ce qui fait que son cerveau ne peut suivre son crâne. Des lésions permanentes au cerveau, des incapacités ou la mort peuvent en résulter. Chez les bébés, même des lésions cérébrales mineures peuvent entraîner des problèmes qui persisteront tout au long de la vie.

Il est inacceptable de secouer un enfant. Environ 25 percent des bébés secoués en meurent et jusqu'à 80 percent présentent des lésions permanentes au cerveau.

Les blessures occasionnées par des secousses ne surviennent pas lors d'interactions habituelles. Par exemple, faire gentiment rebondir un nourrisson sur votre genou, faire des arrêts soudains en voiture ou passer sur des bosses en poussette ne causent pas le SBS.

Quels dommages le secouement d'un bébé peut-il causer?

Secouer un bébé peut provoquer :

- Des crises d'épilepsie
- Des lésions permanentes au cerveau
- Des difficultés de langage et d'apprentissage
- La cécité ou la surdité
- La paralysie
- Des problèmes de comportement

- La mort

Comment protéger mon bébé du SBS?

Si les pleurs de votre bébé vous irritent profondément ou vous mettent en colère, prenez une pause. Placez-le doucement dans un endroit sûr, comme son berceau, et quittez la pièce. Prenez une pause de 10 à 15 minutes afin de vous calmer. Rappelez-vous qu'il est plus important de vous calmer avant d'essayer de calmer votre bébé. Si vous vous sentez incapable de faire face à la situation, appelez quelqu'un pour vous aider après l'avoir déposé dans un endroit sûr ou appelez HealthLinkBC au **8-1-1**. Ne prenez jamais un bébé lorsque vous êtes en colère ou désespéré à cause de ses pleurs.

Montrez aux autres personnes qui s'occupent de votre bébé, comme les gardiennes, les proches, les amis, à le prendre dans leurs bras en toute sécurité. Faites-leur comprendre qu'il est plus important de rester calmes que d'arrêter les pleurs. Dites-leur que vous serez heureux de venir le chercher s'ils ne peuvent supporter ses pleurs. Ne le confiez pas à une personne qui éprouve des problèmes à contrôler sa colère. Soyez très circonspect à l'égard des gardiens inexpérimentés ou d'autres personnes pouvant en vouloir au bébé et ne les laissez pas seuls avec lui, ne serait-ce que pour un court moment.

Pourquoi un bébé pleure-t-il?

Tous les bébés pleurent. Il est parfois facile de comprendre pourquoi. Dans d'autres cas, ce n'est pas si simple. Sur le plan du développement, il est normal qu'ils pleurent davantage et pour de plus longues périodes de l'âge de 2 semaines jusqu'à l'âge de 3 à 4 mois. On nomme cette période la « période des pleurs extrêmes et inconsolables ». Certains bébés sont difficiles à apaiser et peuvent pleurer des heures tout en étant en santé. Pour de plus amples renseignements, visitez <https://dontshake.ca> et www.dontshake.ca/purple.

Le fait de ne pouvoir calmer votre bébé ou ses pleurs ne veut pas dire que vous êtes un mauvais parent. Les pleurs sont agaçants. C'est d'ailleurs leur fonction. S'ils étaient agréables à entendre, il serait facile de les ignorer et les besoins du bébé ne seraient pas comblés. L'entendre pleurer peut être déchirant. N'oubliez pas qu'une période de pleurs plus intense dans les premiers mois de vie est une étape de développement normale que la plupart des bébés doivent traverser.

Si les pleurs de votre bébé sont constants ou plus forts que d'habitude, qu'il ne se nourrit pas bien, qu'il éprouve de la difficulté à respirer, qu'il a de la fièvre ou des vomissements ou que vous craignez que quelque chose cloche, appelez votre médecin ou le **8-1-1**, ou amenez-le à l'hôpital ou dans une clinique.

Le plus important est de vous rappeler que vous et votre bébé allez en finir avec le stade des pleurs et que les sourires et les rires les remplaceront.

Que faire lorsque votre bébé n'arrête pas de pleurer?

Il n'y a pas de remède miracle qui fonctionne en tout temps et avec chaque bébé. Et ce qui fonctionne un jour pourrait être inefficace le lendemain. Parfois, peu importe ce que vous essayez, les pleurs n'arrêtent pas. Cela ne veut pas dire que vous êtes un parent incompétent.

Voici des suggestions qui pourraient vous aider à reconforter votre bébé :

- Serrez-le contre votre poitrine; les battements de votre cœur tout comme les contacts corporels pourraient le reconforter
- Suivez les signes de faim de votre bébé comme porter les mains à la bouche, avoir le réflexe des points cardinaux, bouger la tête, ouvrir la bouche, se lécher les lèvres ou se sucer la main. Les premiers mois de leur vie, les bébés se nourrissent habituellement toutes les 2 à 3 heures. Votre bébé peut vouloir se nourrir plus souvent au cours des poussées de croissance. Faites-lui faire un rot après l'avoir nourri
- Vérifiez sa couche. Gardez-le propre et au sec
- Enveloppez-le dans une couverture douce
 - Gardez-le à l'aise et au chaud – mais pas trop chaud
 - Ne le déposez pas dans un berceau ou une bassinet s'il est enveloppé dans une couverture. Afin de connaître les ressources sur le sommeil sécuritaire, consultez la page [Bien dormir en sécurité pour votre bébé](#)
- Faites jouer de la musique douce ou d'autres sons relaxants
 - Essayez de fredonner ou de chanter une berceuse
 - Parfois, le bruit de l'aspirateur, de la sècheuse, du filtre de l'aquarium ou du lave-vaisselle peut calmer le bébé. Des applications de bruit blanc sur un téléphone intelligent peuvent servir à cet effet
- Offrez-lui sa couverture ou sa peluche préférée pendant que vous le cajolez
- Faites des mouvements doux ou changez sa position
 - Marchez avec lui ou bercez-le. Vous pourriez le placer votre bébé dans un porte-bébé et passer d'une pièce à l'autre
 - Utilisez une balançoire pour bébé, une berceuse ou un siège sauteur si vous en avez un
 - Emmenez-le en promenade dans une poussette ou un porte-bébé

- Certains bébés aiment les promenades en voiture. Assurez-vous qu'il est bien attaché dans son siège d'auto

Parfois, ces trucs fonctionnent et, parfois, pas du tout. Il vaut la peine d'essayer ces idées, mais ne vous blâmez pas et ne blâmez pas votre bébé si elles ne fonctionnent pas. N'oubliez pas que la « période des pleurs extrêmes et inconsolables » est une étape normale qui se terminera un jour.

Que faire d'autre si reconforter votre bébé ne suffit pas à faire cesser ses pleurs?

S'ils deviennent trop exaspérants, vous avez le droit de vous retirer. Placez votre bébé dans un endroit sûr et prenez quelques minutes afin de vous calmer. Essayez de vous détendre en pratiquant des activités reconfortantes comme lire, boire une tasse de thé ou prendre une douche. Ensuite, retournez voir le bébé.

Trouvez quelqu'un pour vous aider. Appelez un ami ou un proche en qui vous avez confiance. Il est important de vous éloigner du bébé si vous pensez que vous pourriez perdre votre sang-froid. Il est tout aussi important de vous assurer qu'il sera en sécurité pendant votre absence. Rappelez-vous que vous pouvez demander de l'aide. Rappelez aux personnes qui s'occupent de votre bébé que les pleurs sont normaux. Les personnes suivantes pourraient vous aider :

- Les membres de la famille et les amis
- Les groupes de parents
- Le fournisseur de soins de santé de votre enfant
- Votre infirmier de santé publique

Vous pouvez également appeler le **8-1-1** afin de discuter avec un infirmier 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, ou encore votre hôpital local ou une clinique qui vous recommanderont des organismes locaux.

N'oubliez pas – Ne secouez JAMAIS un bébé!

Placez votre bébé dans un endroit sûr et prenez une pause.

Pour obtenir de plus amples renseignements

Pour en savoir davantage sur les façons de reconforter votre bébé, consultez les documents du programme *The Period of Purple Crying*® que vous avez reçus à l'hôpital. Les mères qui n'ont pas accouché dans un hôpital de la Colombie-Britannique peuvent recevoir une brochure en format numérique ou papier provenant de leur centre de santé public ou d'un infirmier. Pour trouver votre unité de santé publique locale, consultez la page www2.gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities.

Pour plus de conseils et de ressources en ligne, consultez le site <https://dontshake.ca/> ou *The Period of PURPLE Crying*® à www.dontshake.ca/purple.

Pour les autres sujets traités dans la fiche HealthLinkBC, consultez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre bureau de santé publique local. Pour obtenir des renseignements ou des conseils non urgents sur la santé en C.-B., visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (sans frais). Pour les personnes sourdes ou malentendantes, composez le **7-1-1**. Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.