



## Le syndrome du bébé secoué Shaken Baby Syndrome (SBS)

### Qu'est-ce que le syndrome du bébé secoué?

Le syndrome du bébé secoué 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. Le syndrome du bébé secoué est aussi connu sous le nom de traumatisme crânien non accidentel. Il s'agit d'une forme de violence observée plus fréquemment chez les bébés de moins d'un an en raison de leur vulnérabilité.

Il est inacceptable de secouer un bébé ou un enfant. Environ 25 pour cent des bébés qui ont été secoués en meurent et jusqu'à 80 pour cent présentent des lésions permanentes au cerveau. Même les bébés qui ne manifestent pas de symptômes évidents de lésions peuvent présenter des problèmes. Parfois, ce n'est qu'au moment où l'enfant commence l'école et qu'il présente des difficultés d'apprentissage que le problème est découvert.

Le cerveau des bébés est fragile et immature, leur tête est grosse et lourde par rapport au reste de leur corps et les muscles de leur cou ne sont pas assez forts pour en soutenir le poids. Lorsqu'un nourrisson est secoué, sa tête fait un mouvement de va et vient en suivant la forme d'un huit ce qui entraîne une rapide accélération et décélération du cerveau de telle sorte que ce dernier et le crâne se déplacent à des vitesses différentes à un endroit donné. Ceci entraîne la rupture des veines qui cause des saignements à l'intérieur et autour des yeux et du cerveau, endommageant les cellules cérébrales et menant à des lésions permanentes au cerveau. Chez les bébés, même des lésions cérébrales mineures peuvent entraîner des problèmes qui persisteront tout au long de la vie.

L'élément déclencheur le plus fréquent dans les cas de bébés secoués est le sentiment de frustration éprouvé par une personne devant son incapacité de consoler le bébé. Les lésions causées à un bébé secoué se produisent souvent parce qu'un parent ou un soignant éprouve de une profonde irritation en raison des pleurs, perd son calme temporairement et secoue le bébé violemment.

Les lésions engendrées à la suite du secouement ne se produisent pas au cours des interactions habituelles lorsqu'on joue gentiment avec un bébé. 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 syndrome du bébé secoué.

### Quels dommages peuvent être causés par le secouement d'un bébé?

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 puis-je protéger mon bébé du syndrome du bébé secoué?

Si les pleurs de votre bébé vous irritent profondément ou vous mettent en colère, il est permis de prendre une pause. Placez doucement votre bébé dans un endroit sûr, comme son berceau, et quittez la pièce. Prenez une pause de 10 à 15 minutes afin de vous donner la chance 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 une fois que vous aurez déposé votre bébé dans un endroit sûr. Ne prenez jamais un bébé lorsque vous êtes en colère à cause de ses pleurs.

Enseignez aux autres personnes qui s'occupent de votre bébé, comme les gardiennes, les proches, les amis, de quelle façon le prendre dans leurs bras en toute sécurité. Veillez à leur faire comprendre qu'il est plus important pour la personne qui garde votre bébé de rester calme que d'arrêter les pleurs. Dites-leur que vous serez heureux de venir chercher le bébé s'ils ne peuvent supporter ses pleurs. Ne laissez pas votre bébé auprès d'une personne qui éprouve des problèmes à contrôler sa colère.

### Pourquoi un bébé pleure-t-il?

Tous les bébés pleurent. Il est parfois facile de comprendre pourquoi un bébé pleure. Dans d'autres cas, ce n'est pas si simple. Sur le plan du développement, il est normal que les bébés 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 de pleurs extrêmes et inconsolables » (The Period of PURPLE Crying®). Certains bébés sont résistants à l'apaisement et peuvent pleurer pendant des heures tout en étant en santé. Pour de plus amples renseignements, consultez le site Web [www.purplecrying.info/](http://www.purplecrying.info/) (en anglais).

Les pleurs de votre bébé ne signifient pas qu'il est méchant ou qu'il vous en veut. Ils ne veulent pas dire que vous êtes un mauvais parent. Les pleurs sont un bruit agaçant. 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. Entendre votre bébé pleurer peut être déchirant.

N'oubliez pas qu'une période de pleurs plus intense survenant dans les premiers mois de vie est une étape de développement normale que la plupart des bébés doivent traverser.

Si les pleurs sont constants ou plus forts que d'habitude, si votre bébé ne se nourrit pas bien, qu'il éprouve de la difficulté à respirer, qu'il a de la fièvre ou des vomissements ou si vous craignez que quelque chose cloche, emmenez votre bébé à l'hôpital ou dans une clinique de santé.

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 agissez de manière incompétente comme parent.

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

- Serrez votre bébé sur votre poitrine. Les battements de votre cœur pourraient le reconforter
- Suivez les signes de faim de votre bébé comme porter les mains à la bouche, fouir ou bouger la tête, ouvrir la bouche, se lécher les lèvres ou sucer la main. Durant les premiers mois de leur vie, les bébés se nourrissent habituellement toutes les 2 à 3 heures et au moins 8 fois en 24 heures. Votre bébé peut vouloir se nourrir plus souvent au cours des poussées de croissance. Faites faire un rot à votre bébé après l'avoir nourri
- Vérifiez la couche de votre bébé. Gardez votre bébé propre et au sec
- Enveloppez votre bébé dans une couverture douce
  - Maintenez votre bébé confortable et au chaud - mais pas trop chaud
  - Ne déposez pas votre bébé dans un berceau ou une bassinet si il est enveloppé dans une couverture
- 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 un bébé
- Offrez-lui une suce ou un anneau de dentition
- Offrez-lui sa couverture ou sa peluche préférée pendant que vous le cajolez
- Faites des mouvements doux ou changez la position de votre bébé
  - Marchez avec votre bébé ou bercez-le. Vous pourriez placer votre bébé dans un porte-bébé, si vous en avez un, et marcher autour de la maison
  - Utilisez une balançoire pour bébé si vous en avez une
  - Emmenez votre bébé en promenade dans une poussette ou un porte-bébé

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

Parfois, ces trucs fonctionnent et parfois, ils ne fonctionnent pas du tout. Il vaut la peine d'essayer ces idées, mais ne vous blâmez pas et ne blâmez pas votre bébé si cela ne fonctionne pas. N'oubliez pas que la « période de pleurs extrêmes et inconsolables » (The Period of PURPLE Crying®) est une étape normale qui se terminera un jour.

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

Si cela devient trop exaspérant, vous avez le droit de vous retirer. Placez votre bébé dans un endroit sûr et prenez quelques minutes afin de vous calmer. Essayez de relaxer en pratiquant des activités reconfortantes comme lire, boire une tasse de thé ou prendre une douche. Ensuite, retournez voir votre bébé.

Trouvez quelqu'un pour vous aider. Appelez un ami ou un proche en qui vous avez confiance. Il est important de vous éloigner de votre bébé si vous pensez que vous pourriez perdre le contrôle, mais il est tout aussi important de vous assurer que votre bébé sera en sécurité pendant que vous êtes parti. Rappelez-vous qu'il est permis de 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 vous pouvez appeler votre hôpital local ou une clinique de santé afin d'être mis en contact avec d'autres personnes au sein de votre collectivité.

### N'oubliez pas – Ne secouez JAMAIS un bébé!

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

### Pour de plus amples renseignements

Pour en connaître 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. Pour les mères qui n'ont pas accouché dans un hôpital de la Colombie-Britannique, vous pouvez recevoir une brochure en format numérique ou papier provenant de votre centre de santé public ou d'un infirmier.

Pour plus de conseils et de ressources en ligne, consultez le site <https://dontshake.ca/> (en anglais) ou The Period of PURPLE Crying® à l'adresse [www.purplecrying.info](http://www.purplecrying.info) (en anglais).