

## Se préserver des accidents de la vie courante avec des gestes simples

Temps de lecture : 4 minutes Publié le 08 juillet 2019 - Mis à jour le 18 novembre

S'ils nous semblent sûrs pour nous l'adulte, notre logement et ses environs ne le sont pas forcément pour bébé. Les accidents de la vie courante les plus fréquents chez les bébés de moins d'un an sont les accidents domestiques, tels que les chutes, brûlures, etc. Quelques gestes simples peuvent nous permettre de les éviter.

### Quelles sont les principales recommandations à suivre ?

Le meilleur moyen d'éviter les accidents de la vie courante est **de toujours garder un œil sur bébé**. C'est à un adulte de surveiller un bébé, pas à un autre enfant plus âgé, ni même à un adolescent.

**On ne laisse donc jamais bébé seul**. La nuit, pour pouvoir réagir rapidement si besoin, il est recommandé de le faire dormir dans la même chambre que ses parents jusqu'à ses 6 mois, mais dans son propre lit à lui.

Il est également vivement recommandé d'utiliser du matériel de puériculture homologué. La mention "Conforme aux exigences de sécurité" est obligatoire sur l'article ou l'emballage des produits de puériculture homologués. Pour en savoir plus, consulter le site de la DGCCRF.

### Comment éviter les risques d'étouffement et d'étranglement?

Connaitre les différentes circonstances au cours desquelles le bébé risquerait de s'étouffer peut nous permettre de mieux éviter les risques au quotidien.

- Risque d'étouffement par de petits objets (jouets miniatures, boutons, bijoux, piles boutons, etc.) ou aliments, ou encore avec des sacs en plastique.

**Le bon réflexe** : nous assurer que bébé ne puisse rien mettre à la bouche de dangereux. Une bonne raison de demander à chacun à la maison de bien ranger ses affaires. Et on bannit, par exemple, les cacahuètes des apéritifs.

- Risque d'étouffement par glissement de la tête de bébé entre son matelas et le lit.

**Le bon réflexe** : on vérifie que le matelas est à la bonne taille pour le lit. Pour un lit parapluie, on n'ajoute pas de matelas.

- Risque d'étranglement.

**Le bon réflexe** : ne rien mettre sur bébé qui puisse l'étrangler (collier, chaîne, écharpe, etc.)

L'efficacité des colliers d'ambre ou de dentition contre le mal de dents n'est d'ailleurs pas prouvée. Autant nous éviter un achat inutile et même dangereux pour bébé.

- Risque d'étouffement par des objets mous.

**Le bon réflexe** : coucher bébé sur le dos et dans un environnement de sommeil adapté. Utiliser une turbulette ou gigoteuse à la taille de bébé plutôt qu'une couverture ou une couette. Pas d'oreiller, ni peluche ou autre objet mou dans le lit. On évite aussi le tour de lit.

De la même façon, quand nous utilisons le porte bébé ou l'écharpe de portage, toujours vérifier que bébé ait le visage bien dégagé pour respirer.

## **FOCUS bien-être**

L'écharpe de portage ou le porte bébé sont idéals pour sortir facilement, ou pour avoir les mains libres à la maison tout en restant au contact l'un de l'autre avec bébé... Pour allaiter, aussi, l'écharpe est pratique. Il ne faut pas hésiter à demander de l'aide pour s'entraîner à bien utiliser l'écharpe. On évite ainsi les chutes ou les mauvaises positions.

### **Comment éviter les risques de chutes ?**

La table à langer, le canapé ou encore le lit représentent un risque de chute important.

Le premier réflexe à avoir est de ne jamais lâcher bébé des yeux quand il est en hauteur, et de **toujours garder une main sur lui.**

Il est important d'attacher le bébé quand il est installé dans le siège auto, le transat, la poussette, le landau, etc.

Parfois, on doit aller chercher quelque chose ou gérer une urgence alors que bébé est en hauteur. Le mieux pour éviter le risque de chute, c'est de l'emmener avec nous. Sinon, on le place en sécurité dans son lit ou au sol. A retenir : répondre au téléphone ou lire un SMS peut toujours attendre quelques minutes.

Limiter le risque de chute est important aussi pour les femmes enceintes. Les conséquences des accidents de la vie courante peuvent être plus graves pendant cette période. Il faut donc être particulièrement attentive.

### **Comment éviter les risques de noyade ?**

Donner son bain à bébé ou le baigner dans une piscine gonflable quand il fait beau est un véritable moment de plaisir et de détente pour nous comme pour lui. C'est l'occasion de jeux, de chansons...

On ne doit pas oublier pour autant qu'un bébé peut se noyer dans moins de 5 cm d'eau. On ne doit donc **jamais le laisser seul sans la surveillance d'un adulte**, même quelques secondes. On pense pour cela à avoir près de soi savon, shampooing, serviette de toilette... Si on doit absolument quitter le lieu du bain et qu'un autre adulte ne peut pas prendre le relai de la surveillance, on enveloppe bébé dans une serviette et on l'emmène avec soi.

### **Comment éviter les risques de brûlures par liquides chauds ?**

La peau de bébé est plus sensible aux températures chaudes que la nôtre. Son temps de réflexe est également plus lent. Il retirera donc moins vite que nous ses mains, son visage ou encore son corps d'une eau trop chaude, que ce soit celle qui coule d'un robinet, celle du bain...

C'est pour ces raisons qu'il est conseillé d'utiliser un thermomètre pour vérifier que l'eau du bain est bien à 37° C maximum. Ou encore de faire couler quelques gouttes du biberon de bébé sur la face interne de notre bras pour **vérifier sa température**, surtout s'il a été réchauffé au micro-ondes. Enfin, on évite de boire des boissons chaudes lorsque l'on a bébé sur les genoux, et on ne porte pas de contenant avec un liquide chaud lorsque l'on a bébé dans les bras.

### **Comment éviter les morsures d'animaux ?**

Un animal de compagnie peut partager de bons moments avec nous. Mais même s'il est doux et affectueux, il peut parfois réagir sur la défensive à un geste ou un cri de bébé. La plupart des morsures sur enfant sont faites par l'animal de compagnie de la famille. Il est donc important de **ne jamais laisser un bébé seul avec un animal de compagnie**, même très familier. Et bien sûr on tient les bébés à distance de tous les animaux du type « Nouveaux animaux de compagnies » (NAC) (notamment rats, tortues et autres reptiles) afin de limiter le risque d'infections graves pouvant être transmises par ces animaux.

### **Les numéros d'urgence à connaître ?**

En plus du 15 ou du 18, on peut aussi utiliser :

- le 114, numéro d'urgence accessible aux personnes qui ont des difficultés à entendre ou à parler (personnes sourdes, devenues sourdes, malentendantes, aphasiques, dysphasiques)
- le 112, numéro d'urgence européen.

Le site [ameli.fr](http://ameli.fr) donne les bons réflexes à avoir en cas d'accident.

---

### **Source URL:**

<https://agir-pour-bebe.fr/se-preserver-des-accidents-de-la-vie-courante-avec-des-gestes-simples>



•



•