

Vendredi 16 septembre 2022 – Journée de sensibilisation au CHU

PRÉVENIR LA MORT INATTENDUE DU NOURRISSON ET COMPRENDRE LE SOMMEIL DE L'ENFANT

A l'occasion de la semaine nationale de prévention de la mort inattendue du nourrisson (MIN), le Centre de référence de la MIN et les équipes de la maternité du CHU de Besançon renouvellent leur journée annuelle de sensibilisation le vendredi 16 septembre de 10h à 17h dans le hall d'accueil de l'hôpital. Cette année l'accent sera mis également sur le sommeil du nourrisson pour mieux comprendre les stades et la composition des cycles du sommeil.

La MIN est le décès brutal d'un enfant de moins de 2 ans ; elle se manifeste chez des enfants a priori en bonne santé et généralement pendant leur sommeil. La MIN concerne encore 350 bébés chaque année en France.

L'action de sensibilisation du 16 septembre est organisée en partenariat avec le Réseau périnatalité, la Direction de la petite enfance de la Ville de Besançon et le Centre de protection maternelle et infantile du Doubs, avec au programme de la journée : **stands et ateliers thématiques, jeu « la chambre des 7 erreurs », quiz, discussions et échanges avec les professionnels.**

Un décès sur deux est évitable : connaître les gestes de prévention

Les causes de décès de la MIN sont multiples et le plus souvent associées à des pathologies médicales. Mais, dans un cas sur deux, les consignes de sécurité pour le couchage ne sont pas respectées.

En appliquant les gestes de prévention, la moitié des décès pourrait être évitée :

- Faire dormir le bébé toujours sur le dos, jamais sur le ventre, ni sur le côté
- Le faire dormir dans une gigoteuse sans le couvrir, ni l'emmailloter
- Retirer du lit les éléments mous (tour de lit, oreiller, couette, couverture, doudou)
- Faire dormir le bébé dans son propre lit et dans la chambre des parents (jusqu'à 6 mois)
- Maintenir la pièce où dort le bébé à une température entre 18 et 20°C
- Ne pas exposer le bébé au tabagisme passif (pendant et après la grossesse)

Des précautions particulières doivent également être prises pour le portage et l'allaitement :

- Installer le bébé en écharpe en toute sécurité
- Bien concilier une tétée de nuit et l'installation du bébé à proximité de sa maman

Comprendre le sommeil du nourrisson

Les rythmes du sommeil du nourrisson et de l'enfant ne sont pas ceux de l'adulte : l'acquisition d'un « bon » sommeil est progressive et il faut du temps pour que tout se mette en place. Les différents stades du sommeil se retrouvent dans des cycles dont la composition va évoluer avec l'âge.

Notre vidéo « **Comprendre le sommeil du nourrisson** » est à découvrir dès le 16 septembre sur notre [chaîne YouTube](#).

CONTACT PRESSE

Valérie Lagier, chargée de communication ■ 03 81 21 86 61 ■ vlagier@chu-besancon.fr