

## La toilette

### La toilette quotidienne

Chaque jour, essayez – dans cet ordre! – le visage, le cou et les mains de votre bébé, puis le siège et les organes génitaux.

### Le bain



#### LE SAVIEZ-VOUS?

Il n'est pas nécessaire de donner un bain à votre bébé tous les jours.

### Plus de sécurité à l'heure du bain

- ✓ Garder toujours au moins une main sur votre bébé pendant qu'il est dans le bain.
- ✓ Si c'est possible, ajustez le chauffe-eau sous les 49 °C (120 °F).
- ✗ Ne laissez jamais votre bébé seul quand il est près du bain ou dans l'eau, même pour un très court instant.
- ✗ Évitez d'utiliser :
  - ✗ de l'huile de bain, qui pourrait faire glisser votre bébé
  - ✗ des cotons-tiges, qui peuvent blesser les endroits fragiles
  - ✗ un siège pour le bain, qui pose des risques de noyade



### COMMENT FAIRE

#### Donner le bain à votre bébé

1. Assurez-vous qu'il fait chaud dans la pièce – de 22 à 27 °C (de 72 à 81 °F).
2. Utilisez l'évier, un bassin, un bain pour bébé ou, si vous prenez un bain avec votre bébé, le bain de la salle de bain.
3. Étendez une couverture ou une serviette.
4. Mettez à portée de main tout ce dont vous aurez besoin.
5. Utilisez de l'eau tiède, jamais trop chaude.
6. Lavez les parties du corps des plus propres aux plus sales. Commencez par le visage, avec de l'eau seulement, puis terminez avec le siège et les parties génitales. Utilisez un savon doux non parfumé sur les parties les moins propres comme les mains, le siège et les organes génitaux.
7. Utilisez un savon ou un shampoing doux et non parfumé pour ses cheveux. Rincez avec soin.
8. Placez votre bébé sur la serviette et épongez sa peau. Faites vite, car les bébés ont rapidement froid. Assurez-vous de bien assécher les plis cutanés (cuisses, bras).



### C'EST BON POUR LE... CERVEAU!

Transformez l'heure du bain en expérience interactive. Souriez, regardez votre bébé dans les yeux, chantez et parlez à votre bébé.



### PARTENAIRES

#### Ce que vous pouvez faire

Prenez place dans la baignoire et demandez à votre partenaire de vous tendre le bébé. Quand le bain est terminé, redonnez le bébé à votre partenaire avant de sortir de la baignoire.

## Des petits coins aux petits soins

### Les yeux

Avec un linge humide propre, essuyez du coin interne vers l'extérieur de l'œil.

### Oreilles

Lavez seulement le pavillon (la partie extérieure) de l'oreille à l'aide d'une débarbouillette enroulée autour de votre doigt. Évitez les cotons-tiges.

### Parties génitales

Nettoyez délicatement les plis extérieurs des lèvres des petites filles. Évitez de tirer sur le prépuce (la peau du pénis) des garçons.

### Dents et gencives

Essuyez les gencives chaque jour à l'aide d'un linge humide propre. Lorsque la première dent apparaît, utilisez une brosse à dents pour bébé avec la grosseur d'un grain de riz de dentifrice avec fluor pour un brossage le matin et le soir.

### Cordon ombilical

Gardez cette région bien sèche. Après le bain et le changement de couche, essuyez la région du cordon ombilical avec un coton-tige humide ou une débarbouillette, puis épongez avec soin. Quand vous mettez une couche à votre bébé, pliez-la afin qu'elle repose sous le cordon. Après la chute du cordon (au bout de 5 à 15 jours), nettoyez le nombril pendant quelques jours. Si la région entourant le nombril est chaude au toucher, rouge ou enflée, qu'il en sort un liquide malodorant ou que le cordon ne s'assèche pas, appelez votre professionnel de la santé.

### Ongles

Gardez les ongles courts pour éviter que le bébé ne se fasse des égratignures. Coupez les ongles pendant que votre bébé dort ou paraît endormi (ses mains seront plus ouvertes et immobiles), ou après le bain, lorsque les ongles sont plus souples. Utilisez des ciseaux à bout rond ou une lime à ongles. Pour les orteils, coupez ou limez les ongles bien droits, pour éviter les ongles incarnés.

