

## Les vêtements

Vous vous demandez de combien de vêtements ou de couvertures votre bébé a besoin? Dans la plupart des cas, habillez-le comme vous allez vous habiller vous-même. Puis, vérifiez si votre bébé montre des signes qu'il n'est pas confortable.

S'il a trop chaud, il peut être somnolent, transpirer ou avoir la peau irritée. S'il a trop froid, il deviendra agité.

N'oubliez pas que les bébés perdent beaucoup de chaleur par la tête. Quand il fait froid, mettez-lui un bonnet. Quand il fait chaud, utilisez un bonnet à large bord qui protégera son visage du soleil. Quand vous êtes à l'intérieur, pas besoin de mettre un bonnet.



### ATTENTION, DANGER!

S'il a trop chaud, votre bébé court un plus grand risque de syndrome de mort subite du nourrisson (voir [Le sommeil](#)).



### LE SAVIEZ-VOUS?

Si votre bébé a les mains et les pieds froids, ça ne veut pas dire qu'il a froid. Touchez plutôt la partie supérieure de ses bras et de ses cuisses. Vous vous demandez s'il a trop chaud? Vérifiez si sa nuque est en sueur.

