

# La moitié des morts inattendues du nourrisson est évitable

**Prévention** En France, 300 à 400 bébés meurent chaque année de manière imprévisible. Il est possible de diminuer ce chiffre en changeant certaines mauvaises habitudes

**P**erdre un bébé de quelques mois est un drame absolu. La mort inattendue du nourrisson (MIN) emporte encore 300 à 400 jeunes enfants chaque année en France. Pour autant, près de la moitié de ces décès est évitable. Le Dr Mickaël Afanetti, praticien hospitalier aux hôpitaux pédiatriques Nice CHU Lenval et responsable du Centre de référence de la MIN de la région Paca Est, est investi dans la prévention, via des actions auprès du grand public, mais aussi auprès des professionnels de santé.

« Tout le monde a entendu parler de la mort subite du nourrisson. Mais les gens pensent qu'il s'agit d'une fatalité. Or, la moitié des décès sont évitables, dans la mesure où ils sont liés à des positions ou à des environnements de sommeil inadaptés », souligne le pédiatre. Quand bébé dort, le but est d'éviter que quoi que ce soit n'obstrue sa respiration.

Le tout premier conseil, impératif, est de coucher le nouveau-né sur le dos. « On entend souvent les générations précédentes dire qu'ils nous ont couchés sur le ventre et que l'on n'en est pas mort. Sauf qu'il est apparu que lorsqu'on a commencé à faire dormir les bébés sur le dos, le taux de morts inattendues est passé de 1500 en 1990 à 300 en 1995. La position de couchage est donc fondamentale », insiste le Dr Afanetti.

Par ailleurs, devant l'argument de la régurgitation, lorsqu'il est sur le dos, l'enfant a le réflexe de tourner la tête. Mais s'il est sur le ventre, sa figure peut rester dans son vomi.

L'endroit où est placé le nourrisson est également important. « La lit est un sanctuaire. Il doit être adapté : un lit à barreaux. Non, le bébé ne risque pas de passer la tête à travers, car ils sont étudiés pour. L'avantage est qu'il permet à l'air de circuler, donc il ne faut pas mettre de tour de lit. Certes, c'est joli, mais il y a un risque d'asphyxie. Dans le même ordre d'idées, pas d'oreiller ni de couverture : l'enfant doit



**À gauche, ce qu'il faut faire : l'enfant (ici l'ours en peluche) est couché sur le dos dans une turbulette à sa taille et le lit est dégagé. À droite, le mauvais exemple : l'enfant est sur le ventre, il risque de s'étouffer avec la couverture (qui peut remonter), le tour de lit ou encore l'une des nombreuses peluches qui encombreront le lit.**

(Photos Ax.T.)

simplement être couché dans une gigoteuse – à sa taille, car si elle est trop grande, il peut aussi s'étouffer », martèle le pédiatre.

Le lit ne doit pas non plus être encombré de doudous et peluches qui risquent également de gêner la respiration.

Le médecin précise que la chambre ne doit pas être surchauffée : 19 °C est la température idéale. Et l'été, le bébé peut dormir en couche.

**Pas de matelas supplémentaire dans le lit parapluie**

Concernant les lits parapluie, il est inutile d'y rajouter un matelas, car chaque année, des accidents arrivent avec des bébés qui bloquent leur tête entre le matelas ajouté et la paroi en tissu du lit. Pour un adulte, celui qui est habituellement fourni semble tout fin. Or, il ne

faut pas oublier qu'un bébé est petit et léger. « On ne doit pas appliquer des raisonnements de confort d'adulte à un bébé qui pèse quelques kilos », souligne le Dr Afanetti.

La commercialisation de produits de puériculture laisse parfois à penser que

« Les médecins s'accordent à conseiller d'installer l'enfant – dans son lit – dans la chambre des parents jusqu'à 4 à 6 mois. « D'une part, cela favorise l'allaitement maternel. D'autre part, cela permet une surveillance mutuelle,

le bébé était dans le lit des parents.

**Écharpe de portage seulement si on sait s'en servir**

Sur le sujet des écharpes de portage, il faut s'assurer que les voies aériennes sont bien dégagées. Il est donc impératif d'apprendre avec des spécialistes comment s'en servir.

Le dernier facteur de risque sur lequel l'entourage du jeune enfant a prise est le tabac, qu'il soit antenatal ou post-natal. En effet, le bébé d'une femme qui a fumé pendant sa grossesse a quatre fois plus de risques de MIN (selon les dernières études présentées lors du 4<sup>e</sup> congrès des centres de référence de la MIN qui a eu samedi dernier à Lenval). Et après la naissance, le tabac est à proscrire absolument à proximité de l'enfant : personne ne doit fumer dans le logement. Et si quelqu'un sort pour s'en griller une, il vaut

**« Les positions et environnements de sommeil sont fondamentaux »**

**Dr Mickaël Afanetti**

Pédiatre, responsable du centre de référence de la MIN en Paca Est



les jeunes parents doivent s'équiper de choses, tels que les cocons. « Ce sont des dispositifs médicaux qui avaient été conçus à l'origine pour les prématurés », précise le Dr Afanetti. Mais ils n'ont pas lieu d'être utilisés pour un enfant né à terme. D'une part, s'il se retourne, il peut se retrouver piégé et s'étouffer. D'autre part, c'est anti-physiologi-

« Les adultes pouvant être alertés par d'éventuels bruits d'étouffement. En revanche, l'enfant ne doit pas dormir dans le lit des parents. Là encore, il pourrait être gêné par les couvertures ou oreillers, voire par le corps des parents endormis. » En 2015-2016, dans les deux tiers des cas de MIN survenus en Paca Est,

## Focus

La MIN fait écho à la mort subite. Il faut savoir qu'il s'agit globalement de la même chose : tout est question de sémantique. On parle aussi de mort subite inexpliquée. Typiquement, il s'agit du cas d'un bébé qui allait bien et que les parents retrouvent sans vie dans son lit. L'autopsie conclut dans 80 % à une mort inexpliquée (pour le reste : 10 % sont dus à des maladies ou malformations et les derniers 10 % à des maltraitements, accidents ou négligences).

Le rapport estimé 80 /10/10 n'est en lien avec l'autopsie. C'est plutôt pour 80 % : on ne retrouve pas de pathologie médicale ou d'homicide, mais souvent une vulnérabilité (d'un bébé petit poids, tabagisme antenatal...) et un comportement à risque (partage du lit par exemple). 10% ont des pathologies médicales retrouvées. 10 % seraient des homicides ou maltraitements. Pour l'autopsie, on retrouve une cause directe de MIN dans environ 40% des autopsies réalisées. Si le décès survient dans 90% des cas avant l'âge de 6 mois, la MIN peut survenir jusqu'à 2 ans. Les précautions sont donc valables tout au long des deux premières années de la vie de l'enfant.

mieux qu'il enfle une blouse ou un vêtement qu'il enlèvera en rentrant et qu'il se lave bien les mains avant de manipuler bébé.

Les pédiatres veulent informer à tout prix pour éviter les drames liés à la mort d'un bébé. Il suffit de trouver des compromis, comme l'indique le Dr Afanetti : « Pour ne pas blesser celui qui a offert un joli tour de lit, accrochez-le en décoration ailleurs dans la chambre, en hauteur. Quant aux peluches, un seul petit doudou suffit ! »

**AXELLE TRUQUET**  
atruquet@nicematin.fr