



Ingrid Bayot
Janvier 2006

Eveils et compétences du nouveau-né Les rythmes neurologiques et alimentaires du nouveau-né et leur évolution.

Ingrid Bayot,

Sage-femme

Formateur

Institut Co-Naitre ®

Présidente d'INFACT, Québec

Introduction.

La condition N°8 IHAB précise : encourager l'allaitement au sein *à la demande* de l'enfant. Cependant, l'expression "à la demande" peut amener bien des confusions si l'on attend du nouveau-né qu'il différencie bien ses appels : il y aurait un type d'appel (ou une forme de pleurs) pour téter au sein, un autre pour le besoin de sucer, un autre encore pour être "seulement" pris dans les bras, etc...

Or le tout petit n'est pas encore capable de différencier ses besoins ni ses appels. (sauf la douleur qui est un stress majeur et occasionne des pleurs aigus). Il se réveille et il demande tout: la présence, la chaleur, les sensations rassurantes qui lui rappellent la vie intra-utérine, le sein...

Ce que ressent et cherche un tout petit n'est pas ce que ressent et cherche un bambin de quelques mois. Il y a une **évolution** dans la perception de son corps, de ses besoins et de son environnement, comme il y a une évolution dans ses manifestations et la précision de ses demandes.

Pour mieux le comprendre, repartons du tout début, et parcourons avec le bébé quelques étapes clefs.

La vie intra-utérine.

Le bébé est nourri en permanence par voie ombilicale.

Il se réveille *spontanément*, car les phases d'éveils, comme les phases de sommeil, font partie des **cycles d'activités neurologiques spontanées** du fœtus et témoignent de sa maturité cérébrale.

Plus il se rapproche du terme et plus ses phases d'éveils (calmes ou agités) sont longues. *Ce n'est donc pas le degré de remplissage ou de vidange de l'estomac qui détermine des éveils, mais la maturité neurologique.*

Durant la grossesse, le bébé présente très tôt une activité cérébrale particulière : le sommeil agité; son cerveau est en activité intense et il présente déjà des capacités relationnelles, comme répondre aux sollicitations tactiles ou auditives. Dans les dernières semaines de grossesse, **les phases d'éveil augmentent** en fréquence et en longueur; ses mouvements sont plus coordonnés que l'activité réflexe du sommeil. Lorsqu'elles touchent leur ventre, leur bébé répond bien à ces stimulations.

*L'éveil s'accompagne donc de **compétences relationnelles** : réceptivité et réactions particulières aux stimuli. Les échographies montrent qu'un fœtus éveillé est capable d'exécuter des gestes précis d'exploration et de réaction.*

Les mêmes échographies ont révélé que, dès la 16^{ème} semaine de vie intra-utérine, les fœtus têtent leur pouce (ou leurs doigts) ; plus ils approchent du terme, plus l'activité de succion et de déglutition est fréquente, intense et coordonnée avec le péristaltisme œsophagien. Certains fœtus déglutissent beaucoup de liquide amniotique et ont le hoquet; les futures mères en ressentent très bien les petits soubresauts.

*Avec l'éveil se manifestent donc d'autant mieux **les réflexes archaïques d'orientation** (ou des points cardinaux), **de succion et de déglutition.***

Institut des Formations Co-Naitre

Retenons ces 3 notions très importantes:

1- L'éveil est un phénomène neurologique spontané indépendant de l'estomac !

2- Éveil = compétences relationnelles, le sommeil agité aussi, mais dans une moindre mesure.

3- Éveil = présence efficace des 4 réflexes archaïques alimentaires.

C'est avec ce bagage que le bébé va naître.

Les tout premiers jours de vie

A la naissance, la voie ombilicale est interrompue.

Comment le nouveau-né va-t-il passer à l'alimentation orale, participative ? Comment va-t-il être amené à téter et se nourrir ?

- alors qu'il ne sait pas (cortex inachevé) qu'il a besoin de manger,
- alors qu'il ne sent pas les mêmes sensations que nous, adultes, conditionnés par nos habitudes culturelles, ressentons aux heures de repas au niveau de l'estomac¹, selon un horaire variable d'un pays à l'autre?

Le nouveau-né arrive avec son bagage de **compétences**, véritables moyens au service d'une stratégie alimentaire complexe dont la pierre angulaire est sa nécessaire relation avec l'adulte :

- il **s'éveille spontanément**, et ses éveils s'accompagnent :
- de **compétences relationnelles** : il recherche la présence, le contact, et le montre par ses gestes. S'il n'obtient pas de réponse, il pleure assez fort pour attirer l'attention (mais pourquoi attendre qu'il pleure pour lui répondre...?).
- de **compétences alimentaires** : en éveil calme attentif, ou agité sans pleurs, les 4 réflexes archaïques -fouissement, orientation, succion, déglutition- sont présents. Le nouveau-né bien éveillé est coopérant. Il cherche activement. Ses réflexes sont puissants. S'il ne trouve pas satisfaction à ce puissant instinct de relation, il pleure assez fort pour faire réagir son entourage.

¹ Sensation due à une sécrétion de suc gastrique, en prévision de la prise alimentaire, et commandée par l'hypothalamus, notre "horloge interne" qui a "enregistré" nos horaires et habitudes

Ingrid Bayot

Eveils et compétences du nouveau-né

Les rythmes neurologiques et alimentaires du nouveau-né et leur évolution.

Janvier 2006

Après une naissance physiologique, les bébés à terme et en bonne santé présentent une période d'**éveil exceptionnel** une heure trente à 2 heures. Ils sont donc particulièrement **compétents pour rencontrer** leur mère -et père- et **pour trouver le sein**, s'y placer et téter vigoureusement.

Note : le tout petit a été nourri par son placenta jusqu'à sa naissance; ce n'est donc pas le manque énergétique, ni un estomac vide, qui le pousse à chercher le sein, mais bien la qualité de son éveil et la présence de compétences associées à celui-ci.

Chez le bébé à terme et en bonne santé, dans une continuité sensorielle, sans pertes énergétiques provoquées, et collés sur leur mère ou père (portage, peau-à-peau...), **le nombre, la durée et la qualité** des éveils sont suffisants pour assurer des prises alimentaires qui combleront ses besoins énergétiques. Nous pouvons compter sur son rythme d'éveils spontanés : c'est l'allaitement à l'éveil.

Ce concept nous permet de **sortir de nos élucubrations théoriques**

- sur la faim des bébés : "*a-t-il vraiment faim*" se demandent les mères, les familles, et les soignants, mais nous leurs attribuons nos sensations de faim d'adulte et pire, nos dramatisations et nos peurs du manque ("mourir de faim").
- sur la nécessité de dresser les bébés, de ne pas céder à leur "caprices", de les régler pour leur donner de "bonnes habitudes", pour qu'ils "fassent vite leurs nuits".

La prématurité, l'immaturité, les médications, les maladies, les problèmes neurologiques, l'irritabilité, les infections néonatales, l'hypoglycémie et les dépenses énergétiques énormes causées par toute naissance difficile... diminuent le nombre, la durée et/ou la qualité des éveils spontanés. Par conséquent, ces bébés-là nécessiteront de notre part une vigilance spéciale, puisque nous ne pouvons pas compter uniquement sur leurs éveils spontanés pour assurer leurs prises alimentaires. Il faudra donc les alimenter dès qu'ils dépasseront un laps de temps critique entre deux tétées.

Les premières semaines de vie : allaitement à l'éveil.

Poussés par leurs réflexes archaïques alimentaires, les bébés ont découvert toutes sortes de sensations en tétant au sein (ou au biberon) et en goûtant et avalant le lait maternel (ou le lait industriel...). Si ces expériences ont été agréables, les plaisirs reçus leur donnent envie de recommencer. Le cycle désir-plaisir est enclenché. Il durera (normalement) toute la vie et prendra le relais des réflexes archaïques, appelés à disparaître. Les réflexes archaïques ne sont pas sélectifs, la recherche d'un plaisir précis (ie. le sein de maman) est sélectif.

Le rythme des éveils, donc des tétées, reste très irrégulier, imprévisible, de jour comme de nuit. Les bébés ont tendance à se réveiller plus souvent entre 17 et 22h. Donc, il y aura plus de tétées dans cette période-là de la journée.

Après quelques semaines : allaitement à la demande.

La journée, les périodes d'éveils s'allongent et dépassent le temps d'une tétée. D'autre part, le bébé connaît mieux ce qu'il peut attendre de sa mère et des personnes qui l'entourent. Sa demande devient à la fois plus variée et plus précise. Tantôt il se satisfait des bras, tantôt il a besoin de s'occuper par des interactions, tantôt il montre clairement qu'il désire le sein. Il devient alors pertinent de parler d'**allaitement à la demande**.

Après quelques mois : instauration de l'allaitement "à l'amiable".

Un poupon à qui l'on a répondu rapidement dans ses premiers mois se construit une sécurité affective de base, une sérénité qui va lui permettre de supporter d'attendre. De plus, un bébé plus âgé est capable d'imaginer une réponse complète (ex. la tétée) à partir d'une réponse partielle (ex. la voix de sa maman qui lui dit qu'elle arrive). Cette opération mentale, qui suppose tout un développement cérébral, permet de "remplacer" momentanément l'objet désiré *réel* par cet objet *imaginé* : c'est le tout début de l'imagination, de la pensée. La frustration a donc un effet bénéfique :

- à condition qu'elle se produise à un dosage et un moment qui permettent au bébé de la "gérer intérieurement", sans tomber dans le chaos de l'angoisse
- à condition que cette période d'attente soit "habituée affectivement", que le bébé ne se sente pas isolé.

Ce délai entre la demande et sa satisfaction crée un "entre deux", une distance où le bébé commence à dé-fusionner de sa mère. Lorsqu'elle ne dépasse pas les capacités d'autorégulation interne du bébé, la frustration possède également un rôle positif dans la construction de l'identité. Dans ce contexte, l'allaitement à la demande devient **l'allaitement à l'amiable**.

Plus tard encore, après le premier anniversaire, l'enfant apprend progressivement à manger en même temps que les adultes de sa famille ou de son groupe. À l'âge scolaire, l'uniformisation relative des horaires de repas permet la vie en société.

Cette vision évolutive, allaitement à l'éveil, à la demande, à l'amiable, puis acquisition progressive et par conditionnement des rythmes sociaux, permet de considérer le processus éducatif sur une longue période, en suivant les capacités de compréhension et d'adaptation de l'enfant.

Et nous délivre de l'obsession de lui imposer "*des bonnes habitudes*" dès la naissance !