

# Bain de bébé

Juin 2014

La première étape du bain a lieu sur la table à langer.

- Les points fondamentaux à connaître
  - Taille de la baignoire
  - Température de la pièce
  - Pas trop chaud
  - Après manger
  - Matin ou soir ?
  - Fréquence
  - Durée
  - Crème
  - Savon
  - Eponge
  - Surveillance
- Déroulement du bain
  - Quand ?
  - Matériel nécessaire
  - Température
  - Nettoyage
  - Durée
  - Séchage
- En savoir plus

## Les points fondamentaux à connaître

Le bain est un moment privilégié pour le bébé, la maman et le papa. Le bain apaise le bébé.

### Taille de la baignoire

Utiliser une petite baignoire jusqu'à ce que le bébé ait au moins 3 mois

### Température de la pièce

La température de la pièce doit se situer entre 22 et 24 degrés

### Pas trop chaud



La température de l'eau peut varier de 34 à 37 degrés : il est préférable d'utiliser un thermomètre les premiers jours afin de vérifier la température du bain.

## **Après manger**

Eviter de lui donner un bain juste avant un repas

## **Matin ou soir ?**

Le bain peut se prendre le matin ou le soir, selon les besoins et l'envie du bébé.

## **Fréquence**

Deux bains par jour sont parfois nécessaires pour certains bébés qui se salissent beaucoup

## **Durée**

Le bain ne doit pas dépasser beaucoup plus de 10 minutes

## **Crème**

Appliquer une crème hydratante après le bain

## **Savon**

Utiliser un savon de Marseille

## **Eponge**

Utiliser une éponge douce et naturelle

## **Surveillance**

Ne jamais laisser seul le bébé sans surveillance dans son bain car une noyade peut survenir.

## **Déroulement du bain**

### **Quand ?**

Matin ou soir, il n'y a aucune règle. L'essentiel, c'est que vous soyez pleinement disponible et que bébé soit détendu. Donc, pas juste après un repas pour ne pas se télescoper avec la digestion mais pas juste avant non plus, au risque de se trouver confronté à un petit estomac qui crie (très fort) famine.

### **Matériel nécessaire**

Comme il n'est, bien sûr, pas question de laisser votre tout-petit seul ne serait-ce qu'un instant

quand il barbote, assurez-vous d'avoir tout le matériel dont vous aurez besoin à portée de main. Si vous avez oublié la serviette, vous en serez quitte pour sécher bébé avec les vêtements tout propres que vous aviez préparés... Si vous le pouvez, donnez le bain dans une pièce où vous pourrez l'habiller à l'issue de la séance.

## Température

Pour être sûr de ne pas brûler bébé, commencez par remplir la baignoire avant de le mettre dedans. Contrôlez la température de l'eau qui doit être comprise entre 35° et 37°. Ne craignez pas qu'elle refroidisse pendant que vous lavez votre tout-petit. Vous trouverez très vite la quantité idéale : bébé doit être suffisamment immergé pour se sentir flotter mais il faut veiller à ce qu'elle ne soit pas trop profonde pour limiter les projections dans les yeux...

## Nettoyage

Une règle d'or : on lave toujours bébé en commençant par le cou pour finir par le siège, c'est-à-dire du plus propre au plus sale. Lavez-le à la main : l'expérience sera plus agréable pour votre tout-petit. Les zones d'attention : les aisselles, le sexe et surtout les petits plis du cou où le lait régurgité prend un malin plaisir à macérer. Nettoyez le crâne en dernier, sans craindre de lui faire mal à la fontanelle. Un conseil : dissociez les soins quotidiens du visage de la toilette avant bain pour ne pas gâcher le plaisir de la trempette à venir, car rares sont les bébés qui apprécient le nettoyage du nez et des yeux...

## Durée

Dans les premières semaines, le bain sert essentiellement à rincer bébé. Plus tard, vous pourrez le laver dans l'eau et lui faire faire quelques mouvements "d'aquagym". La bonne technique pour le porter : soutenez sa nuque par votre avant-bras en glissant votre main sous son aisselle et maintenez ses fesses de l'autre main. Pour ne pas le prendre par surprise, trempez ses pieds en premier avant d'immerger lentement le reste de son corps. Rincez-le en inspectant tous les petits replis et laissez-le gigoter quelques instants. Au total, avant le deuxième mois, le bain ne doit pas durer plus de cinq minutes sinon bébé est épuisé et il a froid...

## Séchage

Enveloppez votre bébé dès que vous le sortez du bain et séchez-le parfaitement en tapotant. Si vous souhaitez le masser, c'est le moment idéal !

## En savoir plus



**Guide destiné aux parents d'enfants en bas âge, à télécharger gratuitement**

Réalisé en collaboration avec des professionnels de la santé et de la médecine, sous la direction du docteur Pierrick HORDE

[Baby's bath](#) [Baño del bebé](#) - [Cambios de pañal](#) [Das Baby baden](#)

Ce document intitulé « Bain de bébé » issu de **Sante-Medecine** (sante-medecine.commentcamarche.net) est soumis au droit d'auteur. Toute reproduction ou représentation totale ou partielle de ce site par quelque procédé que ce soit, sans autorisation expresse, est interdite. Sante-Medecine.net adhère aux principes de la charte « **Health On the Net** » (HONcode) destinée aux sites Web médicaux et de santé. Vérifiez ici.