

ARRÊTE DE LE PRENDRE tout le temps dans les bras, ça va le rendre capricieux !" vous rebat-on les oreilles depuis que votre crevette a pointé le bout de son nez. Eh bien, il n'y a rien de moins faux ! Selon une étude parue dans la revue médicale "Pediatrics" (1996), le portage réduit les pleurs et l'agitation de 43% le jour et de 51% la nuit. Et c'est loin d'être son seul avantage alors... à vos écharpes !

Corps à corps prolongé

Avant de faire son entrée remarquée dans le monde, Boubou passe neuf longs mois bien au chaud, lové au creux du ventre de maman. Et, déjà, il sent tous ses mouvements, entend sa voix et l'accompagne dans tous ses déplacements ! Mais, une fois accompli le miracle de sa naissance, voilà qu'il n'a que quelques secondes pour profiter d'un peau à peau avec celle qui l'a porté si longtemps, et avant de se retrouver, certes à ses côtés (et encore, si tout va bien !), mais couché, seul, dans un petit lit attendant. Une situation, oserait-on presque dire, totalement anti-physiologique ! Qu'en est-il de son besoin, naturel et bien légitime après neuf mois de vie intra-utérine, d'être bercé, cajolé, calmé par les mouvements du corps de maman ?

Voilà pourquoi le portage (un mot un peu barbare chez nous, mais beaucoup plus répandu chez nos amis belges, par exemple !) est sans

Bébé porté, bébé épanoui !

Outil de survie et de bien-être pour les tout-petits dans les sociétés traditionnelles depuis l'origine de l'humanité, le fait de porter son bébé n'est pas conseillé en Occident avant l'âge de 6 mois. Bizarre, quand on sait que, pour Bébé, il n'y a rien de mieux !

PAR SOPHIE DAUGÉ

Zefa / H. Sitton

doute la meilleure réponse : non seulement le nouveau-né porté est bercé en permanence par les mouvements de celui ou celle qui le porte (les papas aussi s'en donnent à cœur joie !), un peu comme dans le ventre de maman, mais il est aussi rassuré par la proximité de la chaleur, de l'odeur, de la voix, de la peau du porteur. Et même, parfois, de la nourriture : formidable, le sein de maman à portée de bouche ! Une excellente manière de **perpétuer le dialogue maman-bébé** et de s'approprier d'encore plus près, mais aussi un remède pour parer à un éventuel baby blues : avec Bébé dans les bras, maman ressent moins la souffrance d'un ventre vide...

Le corps humain : le meilleur berceau qui soit !

Observez de quelle manière le corps de Boubou s'encastre à merveille dans celui de l'adulte... comme s'assembleraient deux pièces d'un même puzzle ! Sans oublier qu'en balade (à hauteur d'homme, c'est fantastique !), si le nez de Bébé est à portée de bisous, il est également éloigné des pots d'échappement. Bercé par le rythme de votre marche ou de vos activités diverses, voilà votre pitchoun **stimulé par votre mouvement**, aussi appelé "stimulation vestibulaire". Et, que vous le portiez sur le ventre, sur le dos ou sur la hanche, le résultat est identique : les spécialistes affirment que certains **points d'acupuncture**,

▶ et principalement ceux agissant sur **la digestion et le sommeil**, sont automatiquement massés.

À preuve : un tout-petit un peu raide se détendra par l'action du mouvement permanent, un autre souffrant de dysplasie des hanches et porté sur le bassin adoptera naturellement l'angle d'écartement optimal des hanches, le mouvement continu stimulant la tête du fémur dans son contact avec la hanche. Sans oublier les petits prématurés avant l'heure, pour lesquels le contact corporel est primordial et qui récupèrent beaucoup plus vite dans les bras de maman qu'en couveuse...

Cette proximité permise par le portage est une des premières pierres posées à l'édifice de la confiance primitive (et oui, ce sont le silence et la solitude qui inquiètent Bébé...) : s'il dort mieux et crie moins, c'est aussi parce que son sentiment de sécurité intérieure est renforcé.

C'est donc sans aucune perturbation que Boubou reçoit beaucoup plus de stimuli qu'un tout-petit non

À gauche, toute !

Partout dans le monde, quand une maman prend son enfant dans les bras, huit fois sur dix, c'est du côté gauche. Une préférence qui se retrouve aussi chez les papas ! Et cela, que le parent soit droitier ou gaucher. L'explication de ce phénomène serait émotionnelle : l'enfant situé à gauche de sa mère envoie, par les récepteurs maternels (œil + oreille gauches), des images et sons au côté droit de son cerveau, qui possède une meilleure capacité d'attention et de perception des émotions. Et qui détecte plus facilement les changements d'humeur ! Une sorte de psychologie instinctive qui expliquerait aussi pourquoi maman prend Bébé à gauche pour le calmer (voix plus douce), et à droite pour le stimuler (intonation plus "dure").

porté, son cerveau enregistrant très tôt et très vite une foule d'informations.

D'une pierre deux coups !

Un "maternage" qui aide Bébé à grandir : l'enfant porté développe un meilleur sentiment corporel (développement moteur, équilibre...), un meilleur équilibre nerveux (coordination, sensibilité), une meilleure attitude psychique (conscience de soi, confiance...) mais aussi sociale (capacités d'intégration, moins de frustration...). Que des atouts pour l'avenir !

Surtout qu'en portant Bébé, rien ne vous empêche de **vaquer à vos occupations** : ménagères (certaines passent l'aspirateur ou jouent du piano !), professionnelles, familiales. Plus besoin de réveiller le petit quand il faut emmener dare-dare le grand à son cours de judo ! Vos **déplacements** aussi s'en trouvent **facilités** : plus besoin de chercher dans la foule pressée une bonne âme pour vous aider à gravir les escaliers avec vos 10 kilos de poussette, en ajoutant ceux de Boubou bien sûr ! Mais, pas question pour autant de rester collé à son petit 24 h sur 24 ! Maman et Bébé ont tous deux besoin de moment de calme et de séparation : préférez le porter lors de marches ou de travaux rythmés, c'est là qu'il en profitera le plus ! Mais sachez que porter votre bout'chou 3 h par jour, c'est déjà une excellente moyenne ! Et, les jours de grand déluge, l'écharpe fera une aire de jeux parfaite, un hamac pour se reposer ou... une couverture pour dormir !

Poncho, pagne, écharpe...

À vous de choisir le type qui vous convient le mieux :

www.weego.com : il existe un modèle spécial prématuré, et même un modèle jumeau !

www.lllfrance.org : un porte-câllin (LLL France), des écharpes...

www.bbenv.com : de vrais pagnes du monde entier, selon les principes du commerce équitable.

www.bebes-shopping.com : baby bag (Premaxx) inspiré du porte-bébé indonésien. Et Bébé se retrouve dans la position du fœtus.