

Bébés et bambins

0-24 mois



**Prévenir les blessures
dans les premières
années de vie!**

Hôpital de Montréal
pour enfants
Centre universitaire
de santé McGill



Montreal Children's
Hospital
McGill University
Health Centre

TRAUMATOLOGIE TRAUMA

Les blessures constituent une des principales causes de mortalité et de morbidité chez les enfants de **moins de 4 ans**.

Savez-vous qu'au Québec...

EN RAISON DE BLESSURES ÉVITABLES:

- **chaque mois**, **1** enfant de moins de 4 ans meurt (*L'Institut national de santé publique du Québec*)
- **chaque semaine**, **19** enfants de moins de 4 ans sont hospitalisés (*MSSS, Fichiers de conversion*)
- **chaque jour**, environ **25** enfants de moins de 4 ans se présentent à l'urgence d'un hôpital pédiatrique de Montréal (*Système canadien hospitalier d'information et de recherche en prévention des traumatismes-SCHIRPT*)

Durant la petite enfance, les enfants sont curieux et avides d'explorer leur environnement. L'exploration leur permet de développer leurs habiletés motrices et cognitives. Il est important d'être conscient des différents risques de blessures qui sont propres à chaque étape du développement.



Pour plus d'information sur les sujets importants de prévention des traumatismes et des blessures, visitez : www.hopitalpourenfants.com/trauma et consultez la section Prévention des blessures.

Étapes du développement



0 à 3 mois

- Réagit au ton de voix des parents.
- Cesse de pleurer quand on lui parle, on le prend ou on le réconforte.
- Il arrive qu'il ne soit pas possible de calmer les pleurs.
- Suit les objets des yeux et tourne la tête vers les bruits forts, pouvant l'amener à rouler et à tomber.



3 à 6 mois

- Commence à rouler.
- Agrippe les objets à portée de main.
- Saisit de petits objets et les met dans sa bouche.



6 à 9 mois

- Roule facilement du dos sur le ventre, et inversement.
- Arrive à garder une position assise stable.



9 à 12 mois

- Marche à quatre pattes.
- Se lève debout en se tenant aux meubles.
- Marche avec un appui (par exemple: le long des meubles).
- Se tient debout sans aide durant quelques secondes.
- Attrape de petits objets à portée de main.
- La coordination œil-main devient plus précise.



12 à 24 mois

- Marche sans soutien.
- Monte et descend les escaliers.
- Réagit au «NON!» et est capable de suivre des consignes comme «NE TOUCHE PAS!».

L'âge d'acquisition des étapes de développement de l'enfant peut varier.

RISQUES D'INTOXICATION

0 à 24 mois



- S'assurer que les piles sont bien placées dans les jouets. Une pile peut causer de graves dommages si un enfant l'avale. Si votre enfant avale une pile bouton, elle doit être retirée dans les deux heures suivant l'ingestion. **Présentez-vous immédiatement à une urgence pédiatrique.**

6 à 24 mois



- Ranger tous les médicaments, vitamines, produits de nettoyage et cosmétiques dans des armoires verrouillées, hors de portée des enfants.
- Garder les médicaments dans leur emballage sécurité-enfants d'origine.
- Ne jamais associer les médicaments ou les vitamines aux bonbons. Cela peut être source de confusion pour les enfants.

LE CANNABIS N'EST PAS POUR LES ENFANTS.

- Conserver le cannabis dans un emballage à l'épreuve des enfants.
- Conserver les produits du cannabis dans un endroit sécuritaire et barré, hors de la portée des enfants.



En cas d'intoxication présumée, communiquer immédiatement avec le Centre antipoison du Québec au 1 800 463-5060. Demander une aide médicale de toute urgence.

VOIES RESPIRATOIRES

0 à 24 mois



- Utiliser uniquement les lits de bébé fabriqués après 1986 qui sont conformes aux règlements de sécurité canadiens. Veiller à ce que le matelas soit bien ajusté contre les quatre côtés du lit.
- Ne pas laisser de peluches, d'oreillers, de douillettes ou de contour de lit dans le lit de bébé.
- Garder les cordons des rideaux et des stores courts et hors de portée des enfants.
- Ne pas laisser de petits objets à portée des enfants.
- Sécuriser le cordon du moniteur vidéo pour bébé à au moins 1 mètre (3 pieds) du lit de bébé.

0 à 6 mois



- Le régime alimentaire devrait être composé uniquement de lait maternel ou de préparation commerciale pour nourrisson.

6 à 12 mois



- Le régime alimentaire devrait être composé de lait maternel ou de préparation commerciale pour nourrisson, d'aliments mous et de purées.

12 à 24 mois



- Les aliments comme les hot dogs et raisins doivent être coupés en petits morceaux et les carottes râpées pour les enfants de moins de 5 ans.

Avaler des aimants peut endommager gravement les intestins. Advenant le cas, un examen médical immédiat serait nécessaire.

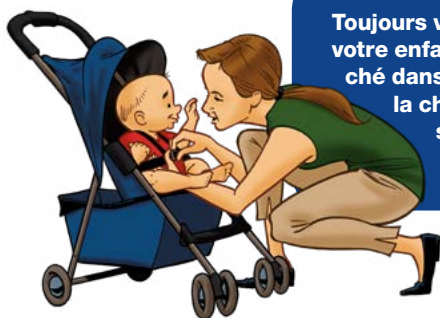


CHUTES À LA MAISON

0 à 12 mois



- Ne jamais laisser un bébé ou un bambin sans surveillance sur un sofa ou un lit pour adulte.
- Toujours relever les montants du lit de bébé après y avoir déposé votre enfant. Abaisser le matelas du lit de votre enfant à l'âge de 3 à 5 mois.
- Ne jamais déposer sur une table, un comptoir ou le toit de l'auto un siège d'auto dans lequel se trouve un enfant, même s'il est bien attaché. **Le plancher est l'endroit le plus sécuritaire.**
- Ne jamais déposer un enfant irritable ou en pleurs sur une sècheuse en mouvement.
- Toujours garder une main sur votre enfant quand il est sur une table à langer.



Toujours vous assurer que votre enfant est bien attaché dans la balançoire, la chaise haute, le siège d'auto ou la poussette.

6 à 24 mois



- Placer les lits de bébé, lits, chaises, tables et autres meubles loin des fenêtres.
- Bien fixer au mur le mobilier, comme les étagères, les unités murales et les téléviseurs.
- Installer des dispositifs de sécurité, des grilles de protection ou des barres d'arrêt aux fenêtres. Les moustiquaires sont fragiles et donnent un faux sentiment de sécurité.
- Installer des barrières de sécurité en haut et en bas des escaliers. N'utiliser que des barrières ancrées au mur en haut des escaliers.

Ne pas utiliser de marchettes pour bébés.
Elles sont bannies depuis 2004 au Canada:
www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/child-enfant/equip/walk-marche-fra.php

DANS LE BAIN

0 à 24 mois



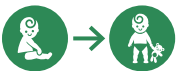
- Durant le bain, un adulte doit assurer une supervision constante en étant à moins d'un bras de distance.
- Régler la température de votre chauffe-eau à 60 °C et pour éviter de vous ébouillanter, faire installer des robinets mélangeurs par un plombier pour que la température de l'eau chaude du robinet ne dépasse pas de 49 °C.

(Hydro-Québec, 2015, Santé Canada, 2015)

- Fermer le robinet d'eau froide en dernier.
- **ÉVITER** les sièges de bain. Ils ne sont pas recommandés.



6 à 24 mois



- Toujours asseoir votre enfant dos aux robinets de façon à ce qu'ils soient hors de sa portée.

Ne pas laisser votre enfant jouer dans la salle de bain; les surfaces sont dures et glissantes.



Vérifier la température de l'eau du bain avant d'y mettre l'enfant. La température sécuritaire est inférieure à 37 °C (100 °F).



BRÛLURES ET INCENDIES

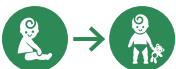
0 à 24 mois



- Installer des détecteurs de fumée à chaque étage et changer les piles tous les 6 mois. Garder un extincteur dans la cuisine près de la sortie.
- Installer un détecteur de monoxyde de carbone dans votre maison.
- **NE JAMAIS** prendre un enfant dans vos bras quand vous cuisinez ou transportez des liquides ou des aliments chauds.
- **NE JAMAIS** réchauffer les biberons ou les tasses au four à micro-ondes. Chauffer le biberon dans un bol rempli d'eau chaude.



6 à 24 mois



- Garder les boissons chaudes, les chandelles, les cordons électriques et les piles hors de portée.
- Tenir les jeunes enfants éloignés d'une porte de four ouverte, des plaques de cuisson et des foyers.

Les liquides chauds brûlent la peau d'un enfant quatre fois plus rapidement et plus profondément que la peau d'un adulte!



LE PLAISIR AU GRAND AIR

0 à 24 mois



Durant l'été:

- Garder votre enfant à l'ombre. Vous assurer qu'il est bien hydraté.
- Mettre un chapeau à larges bords à votre enfant.
- À partir de six mois, appliquer un écran solaire hydrofuge avec un facteur de protection solaire (FPS) d'au moins 30 conformément aux recommandations de l'Association canadienne de dermatologie.
- Ne jamais laisser votre enfant sans surveillance sur un balcon.
- Entourer complètement votre piscine d'une clôture (d'au moins 1,2 mètre de haut) équipée d'une porte à verrouillage automatique. La clôture de la cour n'est pas suffisante; il est important d'avoir une clôture distincte pour la piscine.
- Il ne doit y avoir aucun accès direct de la maison ou du patio à la piscine.
- Promouvoir les cours de natation en bas âge. Cela permettra d'accroître leur confort et niveau de compétence dans l'eau.
- La surveillance d'un adulte est requise en tout temps quand votre enfant est autour de l'eau.
- Entourer les piscines gonflables d'une clôture.
- Toujours vider les pataugeoires lorsqu'elles ne sont pas utilisées.



Durant l'hiver:

- Pour prévenir les engelures, habiller votre enfant chaudement avec plusieurs couches de vêtements. Bien couvrir la tête, les pieds, les mains et les oreilles.

12 à 24 mois



- Toujours s'assurer de la présence d'un adulte pour surveiller les enfants près des modules de jeu de votre cour.
- Placer des matériaux amortisseurs comme des copeaux de bois, du sable, des gravillons ou du paillis sous les modules conformément aux consignes du fabricant.
- Enlever tous les cordons des vêtements de votre enfant.

Les trampolines, avec ou sans filet de sécurité, sont dangereux et ne sont pas recommandés. Ceci s'applique aux enfants de tous âges.

La Société de sauvetage offre la formation «Prévenir la noyade chez soi» ainsi que des conseils de sécurité. Pour en savoir plus, communiquer avec la Société de sauvetage au 514 252-3100.

SUR LA ROUTE

Sièges d'auto

S'assurer que le siège d'auto est approprié au poids et à la taille de votre enfant.

- Les sièges d'auto doivent être conformes aux normes autorisées de Transports Canada. Suivre les instructions d'installation du fabricant.
- Contacter le CAA (1 888 471-2424) pour faire vérifier l'installation du siège.
- Remplacer le siège d'auto si le véhicule dans lequel il se trouvait a été impliqué dans une collision.
- Respecter la date d'expiration du siège d'auto.
- En hiver, achetez un manteau compressible afin d'assurer un bon ajustement serré:
 1. Comprimez le manteau et serrez le harnais du siège d'auto. Vous ne devriez pas pouvoir pincer la sangle du harnais entre votre pouce et votre index au niveau des épaules.
 2. Ouvrez le harnais sans le desserrer lorsque vous sortez l'enfant du siège.
 3. Retirez le manteau et replacez l'enfant dans le siège d'auto. Fermez le harnais. La sangle doit rester suffisamment serrée. (comme dans le #1)
 4. Si la sangle reste serrée, on peut mettre l'enfant avec son manteau dans le siège d'auto.

Toujours asseoir votre enfant dans le siège d'auto approprié.

Une utilisation adéquate des sièges d'auto diminue la probabilité de décès ou de blessures graves jusqu'à 70 %.

(La Société de l'assurance automobile du Québec)



Visiter: www.saaq.gouv.qc.ca/prevention/sieges/index.php pour trouver le centre de vérification des sièges d'auto le plus près de chez vous (service gratuit).

SIÈGE ORIENTÉ VERS L'ARRIÈRE



- Installez toujours le siège orienté vers l'arrière sur la banquette arrière de la voiture ;
- les sièges orientés vers l'arrière doivent être installés à un angle de 45 degrés ;
- même si votre enfant pèse 10 kg (22 lb) et peut marcher sans aide, continuez à l'asseoir dans un siège orienté vers l'arrière jusqu'à ce qu'il soit trop grand pour son siège. Cette position est la plus sécuritaire même si les pieds de votre enfant touchent le dossier de la banquette.

SIÈGE ORIENTÉ VERS L'AVANT



- Employez un harnais à 5 points jusqu'à ce que le siège soit trop petit pour votre enfant. Si le siège devient trop petit pour votre enfant, mais que votre enfant n'a pas encore droit au siège d'appoint, vous pouvez vous procurer un siège d'auto orienté vers l'avant ayant une capacité de 30 kg (65 lb) ou moins ;
- même si votre enfant pèse 18 kg (40 lb) et a le droit d'utiliser un siège d'appoint, il sera mieux protégé dans un siège d'auto orienté vers l'avant, du moment que ce siège correspond à sa taille et à son poids.

NE JAMAIS LAISSER VOTRE ENFANT SEUL DANS L'AUTO :

- En été, la température peut augmenter rapidement et provoquer une exténuation due à la chaleur, et même la mort.
- En hiver, la neige peut bloquer le tuyau d'échappement, et un moteur qui tourne au ralenti peut remplir l'habitacle de monoxyde de carbone et entraîner la mort.

Activités sur roues

- Ne jamais pratiquer de sports sur roues avec votre enfant dans un porte-bébé.
- Les sièges ou remorques à vélo sont recommandés pour les enfants de 1 an et plus. Votre enfant doit porter un casque protecteur dans la remorque.
- Mettre un casque bien ajusté à votre enfant et en porter un pour donner l'exemple.

SYNDROME DU BÉBÉ SECOUÉ

0 à 24 mois



- **NE JAMAIS** secouer votre bébé.
- Si vous êtes désarçonné par les pleurs incessants de votre enfant, il est important de prendre une pause. Déposer calmement l'enfant dans son lit de bébé, quitter la pièce et fermer la porte. Faire quelque chose de relaxant.
- Si possible, demander l'aide d'une autre personne pour reconforter et calmer votre enfant.

La tête des bébés est lourde et les muscles de leur cou peu développés. Secouer un enfant peut causer des dommages permanents au cerveau ou la mort!



Rappels de produits: Santé Canada publie des avis de rappel, des conseils et des mises en garde quand un produit présente ou peut présenter un problème. Consulter régulièrement le site Web de Santé Canada sur la sécurité des produits de consommation: www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/index-fra.php.

CENTRE DE TRAUMATOLOGIE

Hôpital de Montréal pour enfants

1001, boulevard Décarie, Montréal (Québec) H4A 3J1

Tél.: 514-412-4400, poste 23310

www.hopitalpourenfants.com/trauma

Venez nous rejoindre sur nos réseaux sociaux:

facebook.com/lechildren

twitter.com/hopitalchildren

youtube.com/thechildrens



The Montreal Children's
Hospital Foundation