[Plagiocéphalie ... vive la prévention pour la petite tête de Bébé !](http://journalpsychomotricienne.fr/pour-aller-plus-loin/petit-et-gros-pepins/sante-et-prevention/391-plagiocephalie.html)

*Publié le 04/09/15*

Il y a deux ans de ça, j'ai été particulièrement sensibilisée au problème de la plagiocéphalie avec Petit Marmot  ... et il y a peu, en discutant avec la maman d'un nourrisson,j'ai pu voir que les jeunes parents ne sont toujours pas informés à ce sujet ... ni à la maternité, ni lors du suivi pédiatrique.

Alors voila quelques informations, qui pourront être bien utiles :

**Déjà une définition** :

La plagiocéphalie est un aplatissement asymétrique de l'arrière ou du coté du crâne.  On s'en rend compte visuellement et également par le toucher : le crâne n'est plus régulièrement arrondi mais comporte une zone avec un "aplatissement".

La plagiocéphalie est aussi appelée "**syndrome de la tête plate**" ... ce qui a le mérite d'expliciter les choses quand on ne connait pas encore ce nom barbare ( .... ou qu'on a bien envie de la mettre dans un grand fourre tout de tous les pathologies médicales qui existent dans le dictionnaire ! )

Si la plagiocéphalie n'est pas rapidement détectée et traitée, elle s'aggrave avec un aplatissement plus prononcé, une perte d'alignement au niveau des oreilles,  et un impact au niveau du front.



(image issue de [www.bebesante.fr](http://www.bebesante.fr/))

**C'est grave, docteur ?**

Evidemment, il y a un fort impact sur **l'aspect esthétique** ... la forme de la tête ne va pas se remodeler spontanément, et le visage peut être également altéré avec des traits irréguliers, de manière définitive.

Ensuite, il se trouve que la plagiocéphalie modifie la forme de la boîte cranienne, ce qui peut gêner le cerveau dans son développement et amener des difficultés/troubles dans le développement psychomoteur, l'audition , puis plus tard au niveau postural (scoliose etc. ), et dentaire. Il y a de nombreuses études en cours actuellement pour mieux comprendre les conséquences de ces déformations.

**Causes de la plagiocéphalie**

Elle est souvent dite "positionnelle" car elle est très fréquemment due à des causes mécaniques, notamment le **couchage systématique de Bébé sur le dos** ... ( et le positionnement de Bébé sur des surfaces dures sur des temps longs et/ ou pluriquotidiens ... cosy, balancelles etc. )

En effet, les os du crâne sont mous chez le nourrisson et sont donc déformables, ce qui est nécessaire justement pour permettre au crâne de se développer normalement. Le souci étant que si les zones d'appuis sont toujours les mêmes, le crane épouse la forme de son support et donc s'aplatit.

Là, on est bien embêtés, car le couchage sur le dos est pourtant le mode de couchage recommandé pour Bébé ... mais nous verrons juste après comment éviter qu'il ne soit nocif pour la petite tête ronde de Bébé.

En dehors du mode de couchage, la plagiocéphalie peut aussi provenir :

* d'un déficit en vitamine de la mère pendant la grossesse
* d'une position in utero ( positionnement de Bébé, forme de l'utérus)
* de l'accouchement  ... durée, positionnement de Bébé, mode de sortie, aides techniques etc.
* d'un torticolis

**Prévention :**

Pour éviter tout problème de ce genre, voila les recommandations qui sont donnés par les spécialistes de ce trouble:

* Consulter de manière systématique un **ostéopathe** dans le premier mois après la naissance pour écarter tout problème de mobilité.

* **Limiter les temps d'appui de la tête sur des surfaces dures** ( hors sommeil dans le lit of course) ... en gros, utiliser le cosy uniquement pendant les temps de transport etc. etc.

* Pour le cas particulier du sommeil, il est conseillé de **changer le positionnement de Bébé dans le lit chaque jour** : on couche Bébé dans un sens un jour et le lendemain, on le couche dans le sens inverse, et on re-alterne le jour suivant et ainsi de suite.

* **Mettre Bébé sur le ventre** pendant les temps d'éveil .... certes, mais en respectant ses possibilités et son niveau de développement. On peut aménger une position sur le ventre en le portant sur notre bras quand il est tout petit .... plutôt qu'une position allongée sur le sol  qui va être très rapidement inconfortable et source de tensions musculaires.

* Penser à **alterner la position de Bébé dans les bras** si on le nourrit au biberon ... et quand on le porte aussi au quotidien.

* Pratiquer un **portage physiologique**, respectueux du corps de Bébé et de son développement tonique et psychomoteur : portage soutenant au niveau dorsal, flexion des hanches et position des membres inférieurs/bassin en M.

**Action, traitements**

Oups, il se trouve que Bébé a en effet un petit aplatissement de la tête ... que faire ?

* Consulter un **ostéopathe** rapidement : il va effectuer des mobilisations  et induire un mouvement au niveau des os du crâne pour permettre à celui ci de retrouver de la mobilité et pour corriger la déformation.  La **kinésithérapie** peut également être conseillée pour ce type de travail.

* En parler à votre médecin/pédiatre et évaluer le besoin de port d'une **orthèse cranienne**.

* **Modifier son positionnement au quotidien** : le porter de différentes manières, être vigilant à ses postures lors des temps d'éveil, modifier au maximum les zones d'appui quand Bébé est assis dans un siège ou couché.

* Contacter une **association spécialisée** sur le sujet, comme par exemple [Association Plagiocéphalie Info et soutien](http://association-plagiocephalie-info-et-soutien.fr/).



Photo du même bébé avec plagiocéphalie, puis après traitement.

(photo issue de <http://www.portebebe-bobafamily.fr/> )

Pour avoir plus d'infos sur le sujet, je vous invite justement à aller sur le site web de cette association [ici](http://association-plagiocephalie-info-et-soutien.fr/) , qui est très bien fait, complet, et qui propose des brochures d'information à imprimer pour diffuser autour de vous si besoin est. <http://association-plagiocephalie-info-et-soutien.fr/>