



1

Soins attentifs : un autre regard

1

Soins attentifs : un autre regard

Les soins attentifs pour le développement et le bien-être de l'enfant comportent cinq composantes interdépendantes et indivisibles (voir Fig. 1).

Les services de santé et de nutrition visent souvent à aider les personnes s'occupant d'enfants à garantir une bonne santé et une nutrition adéquate à leurs enfants, ce qui correspond à deux des composantes. Les possibilités de contribuer aux trois autres composantes essentielles et interdépendantes – les soins répondant aux besoins, les opportunités pour l'apprentissage précoce et la sécurité et la sûreté – sont souvent trop peu reconnues. Cette section du *Guide* porte sur ces trois composantes moins visibles et leur contribution aux soins attentifs.

Étant donné que les personnes s'occupant d'enfants sont les mieux placées pour fournir à ces derniers des soins attentifs, elles sont accablées par une lourde responsabilité et de multiples facteurs de stress. Lorsqu'elles sont soutenues, elles sont mieux à même de s'occuper de leurs enfants. La dernière partie de cette section souligne l'importance de soutenir les personnes s'occupant d'enfants en tant que composante des soins attentifs.

Étant donné que les prestataires de services de santé et de nutrition maternelles, néonatales et infantiles rencontrent fréquemment la plupart des personnes s'occupant d'enfants, même avant la conception et la grossesse, ils sont bien placés pour renforcer les pratiques de soins et pour aider les personnes s'occupant d'enfants à bien prendre soin d'elles-mêmes. Les sections suivantes du présent *Guide* sont axées sur les actions à mettre en œuvre afin de renforcer les pratiques de soins et d'aider les personnes s'occupant d'enfants à prendre soin d'elles-mêmes afin qu'elles puissent mieux s'occuper de leurs enfants. Cette section porte sur le *quoi* et le *pourquoi*.

Quelles sont les composantes des soins attentifs ?

BONNE SANTÉ



Il s'agit de la santé et du bien-être des enfants et des personnes qui s'occupent d'eux. Pourquoi ? On sait que la santé physique et mentale des personnes s'occupant d'enfants peut influencer sur leur aptitude à prendre soin de ces enfants.

NUTRITION ADÉQUATE



Fait référence à la nutrition de la mère et de l'enfant. Pourquoi ? On sait que l'état nutritionnel de la mère pendant la grossesse a une incidence sur sa santé et son bien-être et sur ceux du fœtus. Après la naissance, l'état nutritionnel de la mère influe sur son aptitude à allaiter et à prodiguer à l'enfant les soins dont il a besoin.

SÉCURITÉ ET SÛRETÉ



Il est question de la sécurité et de la sûreté de l'environnement dans lequel vivent les enfants et leur famille. Cet environnement doit assurer une protection contre les dangers physiques, le stress émotionnel, les risques environnementaux (comme la pollution) ainsi qu'un accès à l'eau et à la nourriture.

OPPORTUNITÉS POUR L'APPRENTISSAGE PRÉCOCE



Fait référence à toute occasion qu'a le nourrisson ou l'enfant d'interagir avec une personne, un lieu ou un objet dans son environnement. Cette composante reconnaît que chaque interaction (qu'elle soit positive ou négative) ou absence d'interaction contribue au développement du cerveau de l'enfant et jette les bases d'un apprentissage ultérieur.

SOINS RÉPONDANT AUX BESOINS



Désigne la capacité de la personne s'occupant d'un enfant à remarquer, comprendre et répondre aux signaux de ce dernier en temps opportun et de manière appropriée. Les soins répondant aux besoins sont considérés comme la composante fondamentale des soins attentifs, car les personnes qui répondent aux besoins de leur enfant sont plus à même de mettre en œuvre les quatre autres composantes.

1.1. Les soins répondant aux besoins : une capacité essentielle à toutes les composantes des soins attentifs

Les soins répondant aux besoins désignent la capacité des personnes s'occupant d'enfants à remarquer, comprendre et répondre aux signaux d'un enfant en temps opportun et de manière appropriée. Les personnes qui répondent aux besoins de leur enfant sont plus à même de mettre en œuvre les quatre autres composantes des soins attentifs.

Les soins répondant aux besoins constituent la base pour :

- protéger les enfants contre les blessures et les effets négatifs de l'adversité ;
- reconnaître la maladie et y réagir ;
- reconnaître les signes de faim et de satiété et nourrir l'enfant en fonction de son âge et de ses capacités ;
- enrichir l'apprentissage au moyen d'interactions agréables ; et
- établir la confiance et les relations sociales.

Les personnes qui répondent aux besoins de leur enfant donnent l'impression de « danser » avec lui. La façon dont elles voient, entendent, ressentent leur enfant et la manière dont elles lui répondent créent une véritable harmonie.

Dès la naissance, les enfants communiquent leurs besoins et leurs désirs à la fois verbalement (comme par les cris ou les expressions orales) et non verbalement (comme par les expressions faciales et les mouvements du corps). Les personnes qui répondent aux besoins de leur enfant reconnaissent et comprennent ses signaux indiquant ses besoins et ses désirs (cela signifie qu'elles sont sensibles). Par ailleurs, elles sont en mesure de répondre de manière appropriée aux signaux de l'enfant (cela signifie qu'elles sont réactives).

Les prestataires de services sont capables de reconnaître la façon dont les personnes s'occupant d'enfants répondent à ces derniers. Lorsque l'enfant regarde la personne qui s'occupe de lui, celle-ci le regarde à son tour. Si l'enfant tourne son regard vers autre chose, la personne s'occupant de lui peut pointer du doigt sur ce qui attire l'attention de l'enfant et le nommer ou le décrire (12). Pour être réactives, les personnes s'occupant d'enfants qui présentent des difficultés cognitives, motrices et comportementales doivent pouvoir reconnaître des signaux différents de ceux exprimés par les autres enfants et apprendre à interpréter des signaux plus subtils (voir l'exemple de soins répondant aux besoins de l'enfant lors de l'alimentation illustré dans l'encadré 1).



Par ces comportements simples qui reflètent leur capacité à se montrer sensibles et réactives, les personnes s'occupant d'enfants favorisent le développement sain de ces derniers. Les personnes qui répondent aux besoins de leur enfant reconnaissent, comprennent et réagissent aux signes de maladie et de douleur ; de retards de développement et de troubles du comportement ; de faim, d'étouffement, de rejet d'aliments et de satiété ainsi qu'aux signes de détresse physique ou émotionnelle. Elles recherchent des occasions d'interagir avec leur enfant, observent les expressions faciales, motrices et vocales d'intérêt lorsqu'il explore et apprend, et réagissent de manière appropriée à l'intention exprimée par ces signaux.

Le National Scientific Council on the Developing Child décrit l'importance de ces interactions qu'il appelle « serve and return » (service-retour) :

Les enfants recherchent naturellement des interactions par le babillage, les expressions faciales, les gestes et les mots [le service], et les adultes leur répondent avec le même type d'expressions orales et de gestes [le retour]. [...] Si les réponses sont incohérentes, inappropriées ou simplement inexistantes, le développement de la structure du cerveau peut être perturbé, ce qui peut avoir une incidence sur l'apprentissage, le comportement et la santé à plus long terme (13).

Les soins répondant aux besoins procurent des avantages significatifs à long terme pour les enfants, notamment concernant la bonne santé, la nutrition et le développement social, ainsi que le bien-être des personnes qui s'occupent d'eux (14). Grâce à un contact physique rapproché et au toucher, les jeunes enfants ressentent et intègrent les réactions des personnes qui s'en occupent, les réactions aux bruits soudains ou au stress, par exemple, et le retour au calme. Par le biais de ces ressentis, les enfants apprennent comment interpréter et réguler leurs propres réactions aux stimuli environnementaux (15). Les enfants dont les besoins sont pris en compte acquièrent de nombreuses compétences (y compris le langage, l'attention et la résolution de problèmes) plus tôt que ceux dont la personne qui s'en occupe répond moins aux besoins (16).

Les enfants forment des liens d'attachement solides avec les personnes s'occupant d'eux qui répondent à leurs besoins. En ayant des interactions adaptées fréquentes, cohérentes et fiables, l'enfant et la personne s'occupant de lui créent un lien affectif. Ce lien constitue un tampon protecteur pour l'enfant, même dans les situations de conflit, de migration et dans d'autres crises humanitaires. En bénéficiant de soins répondant à ses besoins, l'enfant gagne en confiance pour explorer le monde et en apprendre

davantage sur les personnes, les relations, le langage et les émotions (17). L'attachement de l'enfant à un adulte bienveillant est la caractéristique de l'enfance qui a la plus forte influence sur le développement vers l'âge adulte. Une fois adulte, l'individu est capable de nouer des relations durables, d'être productif, de contribuer à la communauté et de mieux répondre aux besoins des enfants de la génération suivante (18).

ENCADRÉ 1. ALIMENTATION RÉPONDANT AUX BESOINS DE L'ENFANT

Dans l'**alimentation répondant aux besoins de l'enfant**, lorsque ce dernier a faim, la personne s'occupant de lui s'en rend compte et le nourrit de manière appropriée.

Au moment du repas, elle doit être sensible aux signes que fait l'enfant, ou en être consciente : regarde-t-il devant lui ou se détourne-t-il, ouvre-t-il la bouche en grand ou la couvre-t-il, tend-il la langue pour prendre l'aliment ou repousse-t-il la nourriture ?

Cela nécessite d'être attentif à la position de l'enfant, aux sons qu'il émet et à ses mouvements involontaires. La personne s'occupant de lui doit interpréter correctement ces signes. L'enfant est-il prêt à accepter la nourriture, ou indique-t-il qu'il est rassasié, ou que le rythme est trop rapide ou trop forcé ?

L'alimentation est efficace lorsque la réponse de la personne s'occupant de l'enfant est adaptée et bien synchronisée avec le signal de ce dernier. Pour nourrir un enfant présentant un handicap, la personne s'occupant de lui devra peut-être apprendre à reconnaître des signes différents et réagir en conséquence.



Crédit photo : © UNICEF/UN0205719/Njikiktjien

Pour allaiter son enfant à la demande, la mère doit reconnaître les signes de faim de l'enfant et y répondre.



Crédit photo : Jane Lucas

L'introduction d'aliments complémentaires nécessite une interaction répondant aux besoins de l'enfant. La personne s'occupant de l'enfant propose de la nourriture. L'enfant ouvre grand la bouche, relève la tête et tend la main. Il est prêt. La personne s'occupant de lui répond au signal.

1.2. Opportunités pour l'apprentissage précoce : les interactions de l'enfant avec l'environnement

Les **opportunités pour l'apprentissage précoce** font référence à toute occasion qu'a un bébé, un tout-petit ou un enfant d'interagir avec une personne, un lieu ou un objet dans l'environnement. Cette composante reconnaît que chaque interaction (qu'elle soit positive ou négative) ou absence d'interaction contribue au développement du cerveau et jette les bases d'un apprentissage ultérieur.

L'apprentissage précoce est souvent associé aux expériences vécues dans des espaces organisés ou formels dédiés aux enfants (les garderies, les crèches et les écoles maternelles) ou à des enseignements formels ou académiques (par exemple, apprendre à lire et à écrire). En réalité, l'apprentissage commence par les conditions de développement dans l'utérus. Le sentiment de stress ou de confort de la mère, son état de santé mentale et physique, son alimentation et son activité physique ont une influence sur les réponses hormonales, le développement physique et la constitution génétique du fœtus. Les capacités essentielles, comme entendre les bruits et les voix, les reconnaître et y réagir, s'assimilent également avant la naissance.

À la naissance, les bébés commencent à acquérir des compétences sociales par le biais de leurs interactions avec d'autres personnes. L'apprentissage se fait à travers le sourire, le contact visuel, la parole, le jeu, le bain et d'autres routines quotidiennes. Les interactions précoces avec les personnes s'occupant d'enfants, comme lors des soins kangourou, sont bénéfiques pour les nourrissons de petite taille à risque. Le contact peau à peau dès le plus jeune âge favorise les interactions positives et la création de liens entre les bébés et leurs parents. Il renforce également les connexions neuronales essentielles au développement physique, social, émotionnel et cognitif.

Les enfants apprennent en jouant. Dans l'utérus, le fœtus joue en bougeant et en donnant des coups de pied. Lorsque la mère répond par le toucher et la voix, tous deux apprennent à interagir l'un avec l'autre. Le père ou tout autre personne s'occupant d'un enfant peut également apprendre à ressentir ces mouvements et à y répondre. Les nourrissons jouent en explorant leurs mains et leurs orteils, ainsi que les objets à leur portée. Ces formes simples de jeu permettent aux enfants d'apprendre ce qu'ils peuvent faire avec différentes parties de leur corps et à affiner leurs mouvements. En grandissant, les enfants peuvent se lancer dans des heures de plaisir et d'apprentissage grâce à des objets ménagers tels que des tasses en fer, des récipients vides et des casseroles. En jouant avec ces objets, ils découvrent leurs différentes textures, les sons qu'ils émettent lorsqu'ils tombent et s'entrechoquent ainsi que leur fonctionnement.



Bien avant de pouvoir parler, les enfants savent comprendre le langage et communiquer leurs besoins. Un bébé tourne la tête lorsqu'il entend son nom. Un tout-petit repousse la nourriture lorsqu'il est rassasié. En établissant un contact visuel avec le bébé, en imitant ses babillages et en lui répondant avec un langage et des expressions faciales plus élaborés, la personne qui s'occupe de lui l'encourage à continuer à communiquer ses besoins. Plus les personnes s'occupant d'un enfant communiqueront avec lui, à la fois de manière verbale et non verbale, plus l'enfant apprendra comment fonctionne le langage, les modèles de discours dans sa culture, comment communiquer et à quoi s'attendre en exprimant ses besoins.

Le jeu actif et les interactions répondant aux besoins de l'enfant peuvent être peu fréquents ou absents dans certains foyers ou cultures. La grande dépendance à la télévision, aux téléphones et autres écrans pour éveiller les jeunes enfants est un obstacle aux interactions sociales et au jeu actif. Les **directives de l'OMS (19)** recommandent de n'avoir aucun recours aux écrans pour les enfants de moins de 1 an et de ne pas dépasser une heure pour les enfants âgés de 2 à 3 ans. L'OMS recommande également au moins 30 minutes d'activité physique par jour pour les enfants de moins de 1 an, et au moins 180 minutes pour les enfants âgés de 2 à 3 ans. Les enfants handicapés ont moins d'occasions de participer à des jeux actifs avec des adultes et ont moins accès à des jouets que les autres enfants (20). Ces enfants ou ceux présentant un autre risque de retard de développement, y compris les enfants prématurés ou de petite taille compte tenu de l'âge gestationnel, ont un grand besoin d'interactions et de jeux fréquents et répondant à leurs besoins afin d'atteindre leur potentiel d'apprentissage.



1.3. Sécurité et sûreté : conditions environnementales pour le développement de l'enfant

Dans le contexte des soins attentifs, **la sécurité et la sûreté** impliquent que les enfants et leur famille vivent dans des environnements exempts de dangers physiques, de stress émotionnel ou de risques environnementaux, et qu'ils bénéficient d'un accès à des aliments nutritifs adéquats, à de l'eau potable, à des installations sanitaires saines et à de l'air pur. L'enfant a besoin d'évoluer dans un environnement sûr et sécurisé qui l'encouragera à explorer et à se sentir en confiance, et qui favorisera une croissance et un développement sains.

Les jeunes enfants ne sont pas capables de se protéger. C'est à la personne s'occupant d'eux de les préserver des dangers physiques et psychologiques, notamment la négligence, la maltraitance, la violence et les blessures. Lorsque les personnes s'occupant d'un enfant le protègent contre les menaces à sa sécurité, la relation étroite et adaptée qu'ils entretiennent avec celui-ci agit comme un tampon face aux effets psychologiques des conditions défavorables qui sont hors de leur contrôle (2).

L'extrême pauvreté présente de gros risques en matière d'accès aux services de santé, à la sécurité alimentaire, à un logement convenable et à l'éducation familiale. L'aide financière, y compris les transferts monétaires et d'autres services de protection sociale, peut apporter une sécurité économique et alimentaire aux familles à faible revenu. Les perturbations affectant les relations et les revenus familiaux en raison de la pandémie de COVID-19 et des crises humanitaires nécessitent une plus forte intervention de la part des services sociaux et de protection de l'enfance en faveur des familles et des communautés touchées pour qui les services sont restreints (21).

Les femmes enceintes et les jeunes enfants sont particulièrement vulnérables aux risques environnementaux, y compris la pollution de l'air et l'exposition aux produits chimiques (tels que le plomb et le mercure) qui altèrent le développement et la santé du cerveau. Ces risques doivent faire l'objet d'actions impliquant plusieurs secteurs.

Au domicile, les personnes s'occupant d'enfants doivent protéger ces derniers des dangers physiques : objets tranchants, sales ou très petits pouvant être avalés, eau insalubre, médicaments, poisons et produits chimiques d'entretien ménager, baignoires et lavabos, feu, eau bouillante et cuisinières chaudes. Les substances toxiques en intérieur comprennent le plomb, la fumée émanant des cuisinières non ventilées et la fumée ingérée par le biais du tabagisme passif ainsi que d'autres produits.

Le domicile peut se trouver à proximité de rues comprenant des points d'eau et où circulent des voitures, des bicyclettes, des animaux non domestiqués, comme la volaille, qui déposent leurs excréments dans des zones où les enfants jouent. L'ingestion de traces de matières fécales peut provoquer des diarrhées, un manque d'appétit et une inflammation des intestins. Ces conditions sont liées à la dénutrition, notamment au retard de croissance, et à un faible développement (22). Ces dangers augmentent à mesure que le bébé grandit pour devenir un tout-petit, puis un enfant plus indépendant, curieux et mobile.



Les risques dans l'environnement au sens large comprennent l'extrême pauvreté, la pollution de l'air, l'exposition aux produits chimiques, les conflits et les crises humanitaires, l'insécurité alimentaire, l'eau ou les systèmes d'assainissement insalubres et le manque d'espaces sûrs pour jouer.



Crédit photo : © UNICEF/UNI114899/Holt

Les jeunes enfants peuvent souffrir de stress émotionnel. Ils peuvent éprouver une peur extrême lorsqu'ils sont punis, abandonnés ou menacés d'abandon. De nombreux enfants souffrent également de négligence et de rejet. Des enquêtes montrent que les punitions sévères, physiques et verbales, sont la norme dans de nombreux contextes. Partout dans le monde, les tout-petits sont le groupe le plus souvent puni par des coups douloureux assésés au moyen de bâtons, de ceintures et d'autres objets (23).

Lorsqu'ils se prolongent au fil du temps, la peur et le stress incontrôlables peuvent programmer les systèmes de réponse du jeune enfant de manière à entraîner une inadaptation émotionnelle, mentale et sociale, ainsi qu'une mauvaise santé physique. Les enfants risquent de se retirer socialement, de se méfier des adultes ou d'exprimer leur peur sous la forme d'une agression envers les autres enfants. Ces enfants risquent fortement de ne pas pouvoir tirer profit de la scolarisation, des relations sociales et d'autres opportunités d'apprentissage et d'évolution.

Vivre dans un environnement sûr, favorable et stimulant, avec des personnes affectueuses et attentionnées qui s'occupent d'eux, aide les enfants à renforcer leur résilience face à l'adversité, aux traumatismes, aux menaces et aux facteurs de stress importants de la vie.

En comparaison avec les autres enfants, ceux qui présentent des retards de développement et des incapacités fonctionnelles subissent trois à quatre fois plus de violence et de maltraitances physiques et sexuelles (23). En outre, ils sont deux fois plus susceptibles d'être punis par des coups violents (20). Les enfants recevant des soins incohérents ou ne recevant aucun soin sont susceptibles de ne pas faire confiance à la personne qui s'occupe d'eux en ce qui concerne leur capacité à répondre à leurs besoins physiques et émotionnels. Cette réalité souligne l'importance de prendre soin de la santé mentale des personnes s'occupant d'enfants afin qu'elles soient en mesure de maintenir des conditions sûres et sécurisées pour leurs enfants.



Crédit photo : © UNICEF/UNI321519/Fazel



1.4. Favoriser le bien-être des personnes s’occupant d’enfants : aide à la famille, soin de soi et services spécialisés

Pour être les plus à même de s’occuper de leurs enfants, les personnes concernées doivent être en bonne santé, tant sur le plan physique que mental, et avoir accès à des ressources et à un soutien en cas de problème. Soutenir les personnes s’occupant d’enfants implique de répondre aux difficultés qui les empêchent de prendre soin d’elles-mêmes et de leurs enfants.

Les principales personnes s’occupant de très jeunes enfants sont généralement leur mère. Elles portent l’enfant pendant la grossesse et nombre d’entre elles allaitent dès la naissance. Cependant, les pères et les autres adultes du foyer qui s’occupent également du jeune enfant ont un rôle important, non seulement pour l’enfant, mais aussi pour soutenir la personne principale impliquée dans la prise en charge. Dès la conception, d’autres personnes peuvent participer aux soins du fœtus dans l’utérus – en touchant le ventre, en parlant et en répondant délicatement aux mouvements ; mais également en réconfortant la mère et en s’assurant qu’elle se repose et qu’elle mange sainement. Après la naissance, d’autres adultes peuvent réduire la charge de travail de la personne principale s’occupant de l’enfant et participer aux soins prodigués à ce dernier. Ils peuvent également s’assurer que la personne principale s’occupant de l’enfant a la possibilité de se reposer et de prendre soin d’elle-même, mais aussi lui apporter un soutien émotionnel. Ils peuvent lui suggérer des ressources communautaires, y compris des groupes de mères, où elle pourra apprendre à prendre soin de son bébé et partager ses préoccupations en matière de parentalité.

L’attente d’un bébé est une expérience réjouissante pour la plupart des nouvelles mères. Le conjoint peut partager son enthousiasme à l’idée d’agrandir la famille. La mère doit être en bonne santé et disposer de ressources suffisantes pour nourrir, vêtir et élever l’enfant. Néanmoins, de nombreux changements surviennent au cours de la grossesse et des premiers mois de la vie de l’enfant, ce qui peut entraîner des bouleversements pour la santé mentale des femmes. L’arrivée d’un bébé engendre souvent des perturbations dans la vie de la mère et de la famille. Les mères peuvent se sentir épuisées, éprouver toutes sortes d’émotions ou être mal à l’aise sur le plan physique. La dynamique au sein du foyer peut être chamboulée.



Cependant, la santé physique et mentale de la personne s’occupant d’un enfant sera essentielle pour répondre efficacement aux nombreux besoins de ce dernier. Certaines nouvelles mères peuvent être en mauvaise santé et anxieuses à l’idée de ne pas survivre à l’accouchement ou de perdre le bébé. Leur conjoint peut ne pas être présent ou être financièrement incapable de subvenir aux besoins d’une famille. Le stress qu’éprouvent les jeunes mères adolescentes est particulièrement important. En temps normal, les membres de la famille élargie et d’autres personnes apporteront leur aide pour s’occuper du bébé, mais ceux-ci peuvent parfois représenter davantage une source de stress qu’une aide.

Les parents et les autres personnes s’occupant d’enfants sont les mieux placés pour prodiguer des soins attentifs à ces derniers. Apportez-leur un soutien adéquat afin qu’ils fournissent à leurs enfants les soins dont ils ont besoin.

Pendant la grossesse, le stress supplémentaire lié à la mauvaise santé de la mère, à un enfant non désiré et à l’appréhension d’un avenir difficile peut nuire au développement du fœtus dans l’utérus, et entraîner une naissance prématurée ainsi que d’autres complications. Une mauvaise santé mentale de la mère peut affecter son état de santé, mais aussi la santé et le bien-être du bébé et de la famille (voir les symptômes courants d’une mauvaise santé mentale dans l’encadré 2).



ENCADRÉ 2. SYMPTÔMES COURANTS DE MAUVAISE SANTÉ MENTALE CHEZ LES PERSONNES S'OCCUPANT D'ENFANTS

- Sentiment de tristesse, propension aux larmes plus importante que d'ordinaire
- Absence de plaisir dans des expériences ou des activités qui étaient autrefois appréciées
- Manque d'énergie ou de motivation
- Inquiétude ou pensées envahissantes
- Excès de sommeil ou insomnie
- Appétit plus ou moins important que d'ordinaire
- Concentration réduite
- Difficulté à prendre des décisions
- Sentiments de culpabilité ou de désespoir
- Sentiment d'inutilité
- Impression que quelque chose de terrible est sur le point de se produire ou que l'avenir est sans espoir
- Pensées autodestructrices ou suicidaires
- Courbatures et douleurs non spécifiques
- Sentiment d'avoir été traumatisé par des expériences négatives passées

Source : (24).

Des affiches de soutien et d'encouragement peuvent être exposées dans les salles d'attente des hôpitaux et autres établissements de santé, comme dans l'exemple ci-dessous.



Crédit photo : © UNICEF/UN053033/Luthi

Les soins que vous prodiguez avec amour en tant que parent sont ce dont un enfant a besoin pour être en bonne santé, bien nourri et en sécurité. Si vous vous sentez triste et incapable de prendre plaisir à répondre aux besoins de votre enfant, demandez l'aide de votre prestataire de soins de santé.

Bien que la plupart des personnes s'occupant d'enfants éprouvent de fortes émotions au moment de la naissance, leur apporter de l'aide peut leur permettre de mieux répondre aux besoins du nouveau-né. Les services de santé et de nutrition maternelles, néonatales et infantiles présentent une opportunité unique d'entrer en contact avec les femmes. Ils offrent aux femmes un soutien dans un environnement sûr, amical et bienveillant. La plupart des femmes n'auront besoin que d'un accompagnement minime, comme des informations sur la gestion du stress et des conseils pour demander du soutien aux amis et à la famille. Quelques-unes rencontreront diverses difficultés sur une plus longue période. Elles auront besoin d'un accompagnement supplémentaire de la part des services de santé et de nutrition ou de soins de santé mentale spécialisés.

L'évaluation de la santé mentale et physique de la personne s'occupant d'un enfant et des conditions au sein du foyer (y compris toute violence potentielle) peut favoriser l'apport d'un soutien plus approprié envers cette personne. Les parents d'enfants nés avec des handicaps peuvent ressentir davantage de stress. Ils peuvent avoir besoin d'une aide supplémentaire pour s'occuper de leur enfant, accéder à des services spécialisés et avoir le temps de gérer d'autres tâches ménagères.

Soutenir la santé mentale des personnes s'occupant d'enfants est essentiel, non seulement pour assurer une meilleure santé et un meilleur développement pour leurs enfants, mais aussi pour améliorer le bien-être et la qualité de vie de ces personnes elles-mêmes (25). Un prestataire de services qui tient compte des difficultés de la parentalité peut aider les personnes s'occupant d'enfants à trouver des moyens de se détendre et de faire des pauses. Il peut également rencontrer les membres de la famille afin de mettre en place avec eux un système d'aide aux soins et autres tâches ménagères. Les prestataires de services peuvent aussi aider les personnes s'occupant d'enfants qui présentent des signes de dépression ou d'anxiété en les orientant vers des groupes d'entraide, des travailleurs sociaux et des services de santé mentale spécialisés.



1.5. Des pratiques de soins qui changent la donne




Pour être en mesure de prodiguer des soins attentifs, les personnes s'occupant d'enfants doivent maîtriser un certain nombre de pratiques de soins. Le présent *Guide* n'en présente que quelques-unes qui, avec un accompagnement, permettent aux personnes s'occupant d'un enfant de mieux répondre à ses besoins, de mieux déceler les occasions quotidiennes de l'aider à apprendre et de maintenir un environnement sûr et protecteur pour le soutenir dans sa croissance (voir le **tableau 1.1**). Ce *Guide* illustre dans quelle mesure les services de santé et de nutrition maternelles, néonatales et infantiles peuvent profiter de leurs nombreuses interactions programmées et non programmées pour intégrer des pratiques visant à renforcer les capacités des personnes s'occupant d'enfants à prendre soin de ces derniers. En mettant l'accent sur ces quelques exemples, les services montrent comment inviter d'autres secteurs à contribuer à l'effort visant à permettre aux familles de répondre aux besoins de leurs enfants.




Tableau 1.1 Exemples de pratiques des personnes s'occupant d'enfants liées aux soins attentifs et de mesures de soutien des prestataires envers ces personnes

COMPOSANTE DES SOINS ATTENTIFS

PRATIQUES DE LA PERSONNE S'OCCUPANT D'ENFANTS

<p>Soins répondant aux besoins</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Passez du temps en tête-à-tête avec l'enfant en lui accordant toute votre attention. • Regardez attentivement l'enfant. • Soyez attentive/attentif aux signaux de l'enfant (comme pour exprimer la faim, un inconfort, des tentatives de communication, de la joie et le besoin d'affection). • Répondez correctement et rapidement aux signaux et aux besoins de l'enfant. Ceux-ci différeront selon que l'enfant est en bonne santé ou malade, ou s'il a des besoins particuliers.
<p>Opportunités pour l'apprentissage précoce</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Parlez avec votre enfant. • Jouez avec votre enfant. • Faites participer votre enfant lorsque vous effectuez vos tâches ménagères quotidiennes. • Suivez l'exemple de votre enfant et accompagnez-le dans ses explorations et ses apprentissages.
<p>Sécurité et sûreté</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Renforcez la confiance de votre enfant en lui offrant une présence chaleureuse et attentionnée. • Créez un environnement familial sûr favorisant l'exploration et le gain d'indépendance. • Protégez votre enfant contre la discipline sévère, la négligence et la maltraitance. • Adoptez des méthodes de discipline positive. • Établissez des routines pour les repas et le coucher. • Protégez l'enfant des substances nocives.

FAVORISER LE BIEN-ÊTRE DES PERSONNES S'OCCUPANT D'ENFANTS

<p>Favoriser le bien-être des personnes s'occupant d'enfants</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Définissez vos sentiments à l'idée d'avoir un bébé – les joies comme les inquiétudes. • Discutez de vos préoccupations et de l'aide dont vous avez besoin de la part de votre famille. • Maintenez des gestes de relaxation quotidiens. • Apprenez à prendre soin de vous. • Sachez où trouver de l'aide pour résoudre les problèmes et mettre en place un système de soutien. • Dressez la liste des services communautaires et des réseaux de soutien.
---	---

1.6. Conclusion

Tous les enfants ont besoin de soins attentifs pour survivre, s'épanouir et atteindre leur plein potentiel. Les prestataires de soins primaires et les communautés sont les seules ressources capables d'aider les personnes s'occupant d'enfants à améliorer la croissance et le développement sains des enfants lors de leurs fréquentes prises de contact avec les familles, de la grossesse jusqu'à la petite enfance. Ils peuvent intégrer et renforcer les pratiques de soins essentielles et apporter un soutien psychosocial aux personnes s'occupant d'enfants pour leur propre santé mentale. Les familles ayant des enfants nécessitant des soins dans le cadre de maladies chroniques ou vivant dans des contextes de crise humanitaire sont confrontées à des défis supplémentaires. Elles peuvent avoir besoin d'une aide supplémentaire pour prendre soin de leurs enfants et d'elles-mêmes.

Le présent *Guide* expose des idées sur la manière de tirer parti des opportunités dont disposent les services de santé et de nutrition maternelles, néonatales et infantiles pour renforcer le soutien aux personnes s'occupant d'enfants. La section suivante explore les mesures que peuvent prendre les responsables pour préparer les services à cette évolution vers un soutien davantage centré sur la famille afin de favoriser des soins attentifs.

