



L'ODEUR DES BÉBÉS? ON CRAQUE TOUTES!

Une équipe internationale de chercheurs a découvert pourquoi l'odeur caractéristique des nouveau-nés nous plaît tant, même quand l'enfant vient d'une autre mère. C'est que sentir un bébé déclenche chez les femmes le circuit neurologique de la récompense, en particulier chez celles ayant déjà accouché. «Il s'agit du même circuit qui nous fait désirer certains aliments et qui entraîne la dépendance au tabac et à d'autres drogues», explique Johannes Frasnelli, un chercheur au Département de psychologie de l'Université de Montréal qui a participé à l'étude. Celle-ci montre également que l'odeur du nouveau-né joue un rôle dans l'attachement entre la mère biologique et l'enfant. Mais comme elle n'a pas été menée auprès des hommes, on ne sait pas si un mécanisme similaire existe chez les pères.

ILLUSTRATION: ANNE VILLENEUVE; PHOTO: SHUTTERSTOCK (VAISSELLE DE BÉBÉ).

TOUT SUR L'ALIMENTATION DE BÉBÉ

Après *Comment nourrir son enfant*, qui a été le livre de chevet de quelques générations de mères, Louise Lambert-Lagacé nous offre *Mon bébé peut-il manger des artichauts?* Avec cet ouvrage, la diététiste veut répondre aux principales inquiétudes et aux nombreuses questions des nouveaux parents. Par exemple, saviez-vous que le yogourt grec à 0 % ou à 2 % de gras ne convient pas aux bébés? Qu'une bonne façon de rassasier un bébé gourmand est de lui servir plus de légumes ou encore qu'il vaut mieux éviter d'étirer la période des purées lisses? Un guide qu'on consultera souvent... comme si Louise Lambert-Lagacé elle-même répondait à nos questions (Les Éditions de l'Homme, 2013, 130 p., 16,95 \$).



BÉBÉ PASSE-T-IL TROP DE TEMPS DANS SA COQUILLE?

Pratique, le siège d'auto de nouveau-né. On l'utilise évidemment en voiture, et aussi pour y asseoir ou y faire dormir bébé. Mais attention! Selon la Société canadienne de pédiatrie, notre mousse ne devrait pas passer plus d'une heure de suite dans sa coquille (ou en position assise en général, que ce soit dans une balançoire, une chaise haute ou tout autre siège). Bien entendu, on ne pourra pas toujours respecter cette recommandation – par exemple, lorsqu'on doit faire un long trajet en voiture –, mais on essaie de limiter le temps que bébé passe dans cette position. Pourquoi? Tout simplement parce qu'il a besoin de bouger, souvent et beaucoup!

Quand bébé est réveillé, on le place le plus souvent possible sur le ventre, soit au moins trois périodes de 10 à 15 minutes par jour. En plus de favoriser le jeu actif, la position ventrale pendant les périodes d'éveil renforce les muscles du cou, du dos, des épaules, des bras et des mains. Elle développe ainsi la motricité globale, car l'enfant devient plus habile à saisir et à manipuler des objets ainsi qu'à rouler et à ramper. D'ailleurs, selon les recherches, les bébés qui passent trop peu de temps sur le ventre éprouveront plus de difficulté à accomplir des gestes de base, comme prendre un crayon ou attraper une balle. Enfin, la position ventrale contribue aussi à prévenir l'apparition d'une zone aplatie sur le crâne (plagiocéphalie positionnelle), un phénomène qui survient lorsque l'enfant appuie toujours sa tête du même côté. *Merci à Richard Bélanger, pédiatre au Centre mère-enfant Soleil du CHU de Québec, et à Janie Chrétien, physiothérapeute pédiatrique chez Physio Extra. >*