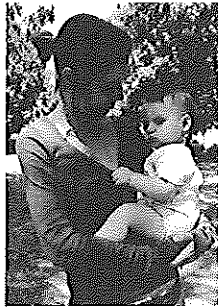




QU'EST-CE QUE LE PORTAGE DES BÉBÉS ?



Le portage est le fait de prendre un bébé contre soi, dans les bras, dans un bout de tissu ou un porte-bébé plus élaboré, pour répondre aux besoins qu'il ne peut satisfaire seul : se sentir en sécurité, se nourrir, s'endormir, se

déplacer, être en mouvement, observer, s'occuper, se détendre, être écouté, partager, découvrir, sentir, être et rester propre, être vêtu en fonction des conditions extérieures... Le portage est physique (on porte l'enfant contre son corps), mais aussi affectif et éducatif (on porte attention à l'enfant et à ses besoins, on l'aide à se sentir exister, à développer sa confiance et son estime de soi, à découvrir et à comprendre le monde). Nous parlerons en particulier du portage physique à l'aide d'un porte-bébé physiologique ou d'une écharpe.

LES ORIGINES DU PORTAGE

Les origines du portage se situent dans la nature animale de l'Homme. L'*Homo sapiens* (être humain actuel) a eu parmi ses ancêtres des êtres très proches des grands singes. Leurs bébés s'accrochaient aux poils après la naissance pour assurer leur survie et faciliter le déplacement des adultes (le réflexe d'agrippement existe d'ailleurs toujours chez nos nouveau-nés).



L'évolution particulière de notre espèce (station debout puis bipédie, développement important du cerveau) a entraîné une augmentation de l'immaturation du bébé à sa naissance (pour que sa tête puisse passer dans le bassin de la mère, rendu de plus en plus étroit par la station debout). Nos bébés naissent donc particulièrement dépendants par rapport à d'autres espèces (à la naissance, le cerveau du petit d'homme fait 25 % de sa taille adulte, contre 45 % chez le chimpanzé et encore d'avantage pour la plupart des mammifères).

Le bébé humain est alors vulnérable, incapable de répondre seul à ses besoins. Il a un développement lent par rapport à la plupart des autres mammifères. Il est donc

biologiquement programmé pour être porté dans les bras ou contre un adulte pour assurer sa survie (ce qui, par exemple, n'est pas le cas des chiots, des poulains, des veaux, des chatons, des oisillons, mais est bien le cas des petits singes). Dans un milieu naturel où il existe certains dangers (insectes venimeux, serpents, prédateurs, rigueurs du climat...), le bébé éprouvera un sentiment de sécurité en étant porté une bonne partie de la journée.

Depuis la nuit des temps, les mères ont toujours porté leurs bébés pour assurer leur protection et répondre à leurs besoins. C'est encore aujourd'hui une réalité pour une grande majorité de petits humains à l'échelle planétaire. Le « porte-bébé » a probablement fait partie des tout premiers outils inventés par les femmes, pour se faciliter le quotidien avec un bébé. C'est une pratique que l'on retrouve dans toutes les cultures sur Terre. Fabriqués en fonction des matériaux à disposition (végétaux, cuir, tissus...), les porte-bébés sont adaptés aux contraintes climatiques (couvrants et enveloppants quand il fait froid, légers et peu couvrants quand il fait chaud). De nombreuses ethnies vivant en milieu naturel utilisent encore des porte-bébés millénaires (voir le livre *Bébés du monde*, Béatrice Fontanel, Claire d'Harcourt La Martinière, 2006 ou ici :

<http://portersonenfant.fr/portagemonde.html>).



Le portage des bébés : origines, bienfaits et différentes pratiques



Le portage a disparu dans notre culture occidentale à l'avènement des berceaux et landaus et de différentes théories, établies notamment par des médecins, sur les besoins des bébés (voir le livre présentant l'histoire du maternage en France *Materner, du premier cri aux premiers pas*, Silvia Parrat-Dayan, Blandine Brill, Odile Jacob, 2008). Aujourd'hui, les études scientifiques récentes, une meilleure connaissance de la biologie et de la psychologie du bébé nous permettent d'affirmer que le contact physique étroit entre le bébé et ses parents, en particulier sa mère, mais aussi toute autre personne qui s'occupe de lui au quotidien, est important pour son bon développement général (voir des auteurs comme Thomas Berry Brazelton, John Bowlby, Mary D. Slater Ainsworth...).

Nos bébés, immatures à la naissance, particulièrement au niveau neurologique, ne peuvent interpréter le monde comme les adultes. Leur côté animal prend le dessus sur leur côté humain ; ils ne possèdent pas encore la culture et la connaissance de l'endroit où ils sont nés et leurs besoins de base (nourriture, sommeil, sécurité, hygiène) régissent leurs

comportements, en cherchant sans cesse la proximité et l'interaction avec les adultes qui assurent la réponse à ces besoins et leur permettent de se sentir exister. Petit à petit, en grandissant et au contact des autres, l'enfant acquiert la maturité qui lui permettra de comprendre et découvrir le monde. S'il est comblé dans ses besoins, il acquerra une confiance et une estime de lui-même qui lui permettra de développer son autonomie avec assurance et bien-être.



Si le bébé a particulièrement besoin d'être porté la première année de sa vie, avant l'acquisition de la marche, le besoin régulier de contact physique avec les adultes qui s'occupent de lui au quotidien reste prépondérant pendant ses deux à trois premières années, avec des périodes où ce contact lui est plus nécessaire qu'à d'autres (régressions et difficultés passagères, maladie, période d'adaptation, événements ou changements importants dans la vie...). Utiliser un système de portage permet alors de soulager ses bras et de faciliter la vie quotidienne tout en se mettant à l'écoute de l'enfant.

LES BIENFAITS DU PORTAGE

(issu du site internet www.portersonenfant.fr)

Dès la naissance :

- continuité naturelle avec la grossesse (notion de continuum) ;
- permet au nouveau-né une adaptation en douceur à son nouvel environnement, favorise la stabilité de ses fonctions vitales et de sa température ;
- favorise la maturation du bébé à terme, comme du bébé prématuré (notion de gestation « externe » suite à cette immaturité devenue plus importante pendant l'évolution de notre espèce) ;
- permet un peau à peau discret, le repos de la mère (que ce soit elle qui porte ou le père) ;

- favorise l'attachement entre la mère et son enfant, ainsi que l'allaitement ;
- facilite la digestion et l'évacuation de l'air dans le système digestif, diminue les problèmes de reflux ;
- détente et bien-être, sentiment de sécurité, confiance (donc moins de stress et moins de pleurs).

Au cours du développement de l'enfant :

- stimulation de la tonicité musculaire ;
- bon développement des hanches (prévention de la dysplasie) et de la colonne vertébrale (cyphose naturelle respectée) ;

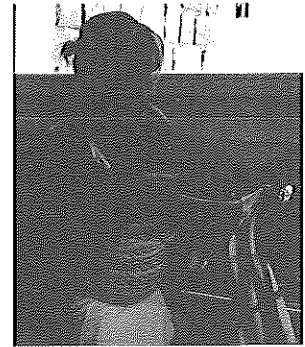


Le portage des bébés : origines, bienfaits et différentes pratiques

- stimulation du système vestibulaire (orientation par rapport à la verticale et équilibre) ;
- stimulation en douceur de tout le système sensoriel ;
- découverte de l'environnement et des relations sociales avec un sentiment de sécurité, à hauteur de visage, curiosité, imitation (stimulation des neurones miroir) ;
- intégration du bébé facilitée dans la famille et la vie quotidienne.

Pour les parents :

- sentiment de compétence avec leur bébé, réponse instinctive à un ressenti profond ;
- le parent, bien que connecté physiquement à son enfant, est moins centré sur lui mentalement et l'intègre plus facilement à ses activités quotidiennes ;
- bras libres pour la vie quotidienne et familiale, voire pour le travail (commerçants, travail à la maison...) ;
- plaisir, bien-être, proximité, détente ;
- liberté de déplacement, de mouvement et d'action.



LE PORTAGE PHYSIOLOGIQUE

Nous différencions le portage physiologique (qui respecte la physiologie du bébé et du porteur) du portage non physiologique. Voici les règles à respecter pour porter dans les meilleures conditions :

- Le bébé doit être en position dite « assis/accroupi » : c'est la position naturelle que le bébé prend quand on le blottit contre soi, qui lui permet de s'agripper au porteur (dos arrondi pour respecter la cyphose naturelle de la colonne, bassin basculé en avant, genoux repliés à hauteur de nombril, cuisses orientées vers le haut et plus ou moins écartées selon l'âge et la maturation des hanches, tête calée dans l'axe de sa colonne) ;
- le dos du bébé doit être bien soutenu ;

- l'installation dans le porte-bébé est soignée et bien réglée, le nouage réalisé avec soin et le tissu bien tendu si c'est en écharpe ou autre porte-bébé à nouer ;

- le bébé porté devant ou sur le côté est porté haut (crâne à portée de bisous) pour respecter votre dos ;

- il est recommandé d'être à l'écoute de ses sensations et de ne pas hésiter à varier les systèmes de portage, les positions ou les nouages si vous ne vous sentez plus confortable avec celui que vous utilisez ;

- respecter toutes les règles de sécurité inhérentes au portage (habillement du porteur et du bébé, position adaptée à l'âge du bébé, attention aux besoins de l'enfant...).

LES DIFFÉRENTS PORTE-BÉBÉS PHYSIOLOGIQUES ET ÉCHARPES

Les écharpes porte-bébés : l'écharpe, inspirée du rebozo traditionnel d'Amérique du Sud, est un long rectangle de tissu (entre 2,50 m et 5 m, en moyenne 70 cm de large) qui permet une grande variété de nouages pour porter sur le ventre, le côté ou le dos. Tissés ou

tricotés, en 100 % coton ou combinés avec d'autres matières (élasthane, bambou, chanvre...), il existe différents tissus qui offrent des comforts et des contraintes variés, qui conviennent très bien à certains nouages et moins à d'autres. L'écharpe permet un portage

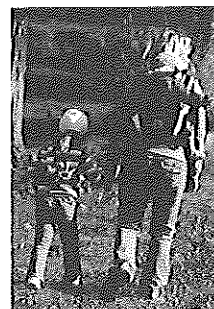


Le portage des bébés : origines, bienfaits et différentes pratiques

très polyvalent et sur mesure, mais nécessite un peu d'apprentissage pour maîtriser différents nouages. La plupart des écharpes peuvent s'utiliser dès la naissance et jusqu'à 3 ans et plus, en utilisant des nouages adaptés à chaque âge.

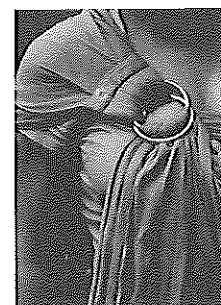


Les porte-bébés physiologiques préformés : ce sont les porte-bébés qui ressemblent le plus aux porte-bébés classiques occidentaux. Munis de clips en plastiques et de sangles réglables, ils permettent cependant un meilleur respect de la physiologie, ainsi que du portage sur le côté et sur le dos.



Les porte-bébés d'inspiration asiatique : en tissu souple, composés d'un rectangle pour l'assise du bébé, de sangles ventrales et d'épaules, ces porte-bébés, relativement faciles à utiliser, permettent de porter aussi bien sur le ventre, que le côté et le dos, tout en offrant un confort sur mesure grâce aux sangles à nouer. Le fait de nouer la sangle ventrale avant d'y installer l'enfant donne un sentiment de sécurité que certains apprécient.

Les slings : composé d'une écharpe sur laquelle une paire d'anneaux est cousue, le sling offre un portage simple, rapide à installer et à régler, parfait pour soulager les bras au quotidien. C'est un portage asymétrique (une seule épaule porte le tissu) et donc réservé à de courts moments de portage quand l'enfant commence à être lourd.





Le portage des bébés : origines, bienfaits et différentes pratiques

Les porte-bébés d'appoint : Il existe également des porte-bébés légers et très simples d'utilisation qui servent aux courts moments de portage, pour soulager les bras, qui se font oublier sur le corps quand il n'y a pas d'enfant dedans ou tout petit dans une poche ou un sac.



Pour arriver à trouver un ou des systèmes de portage qui vous conviennent, il ne faut pas hésiter à essayer différentes choses, à tester, expérimenter. Certains systèmes conviennent mieux à une utilisation en collectivité que d'autres.

LE PORTAGE EN COLLECTIVITÉ

Le portage, notamment à l'aide de porte-bébés physiologiques, commence à se développer au sein des crèches, haltes-garderies, foyers d'accueil pour enfants et pouponnières, et auprès des assistantes maternelles, en même temps qu'il se développe auprès des parents. Il a effectivement toute sa place dans ces structures pour faciliter l'intégration de l'enfant, répondre à ses besoins de mouvement et de sécurité, tout en facilitant le travail du personnel et l'attention aux autres enfants. Le porte-bébé physiologique peut être un outil de réel confort (protection du dos, libération des mains, liberté de mouvement, moins de pleurs et un fond sonore plus calme, sorties en extérieur facilitées), d'autant plus que les conditions de travail ne sont pas toujours idéales pour le personnel (nombreux enfants, locaux manquant d'espace...).

Pour que la mise en place du portage dans une structure se fasse dans les meilleures conditions, cela doit idéalement partir d'une réflexion commune et d'un projet de toute l'équipe, avec une concertation des parents, en commençant par une bonne information, puis

une formation pour la découverte des différents systèmes de portage et leur bonne utilisation.



ACCUEILLIR UN ENFANT PORTÉ PAR SES PARENTS

Le portage se développant de plus en plus, il est également plus fréquent de voir des bébés portés par leurs parents inscrits dans les crèches. La façon dont le personnel de la structure va s'occuper de l'enfant va forcément différer du maternage pratiqué par les parents,

comme pour tous les bébés. Cependant, à son arrivée dans la structure, un bébé souvent porté chez lui peut avoir des demandes de contact plus fréquentes ; il peut alors être tout à fait intéressant, aussi bien pour les parents, que le personnel et le bébé lui-même, de



Le portage des bébés : origines, bienfaits et différentes pratiques

mettre en place du portage pour une adaptation en douceur. Puis, petit à petit, l'enfant intégrera son nouvel environnement tout en étant rassuré par le portage et

découvrira les personnes qui s'occupent de lui avec confiance pour ensuite s'adapter à la vie de la structure avec plus de facilité.

PORTER UN ENFANT QUI N'EST PAS LE SIEN

Porter un autre enfant que le sien peut soulever certaines questions, voire des appréhensions, notamment concernant l'aspect émotionnel et la proximité physique. En effet, dans notre culture occidentale qui préconise plutôt un maternage distal (dans la distance physique avec l'enfant, en opposition au maternage proximal), nous pensons souvent que la proximité physique doit être réservée aux parents et nous avons peur de la dépendance qui peut en découler.

Nous avons souvent peur d'aller trop loin avec les enfants dont nous nous occupons en tant que professionnels. Il est intéressant de développer une réflexion à ce sujet. L'enfant fait toujours la différence entre ses parents et les autres personnes qui s'occupent de lui. Le portage n'enlève rien à cette relation privilégiée ; c'est plutôt du bonus pour tout le monde : pour l'enfant qui développera confiance et assurance au sein de son mode de garde, pour les parents qui retrouveront un enfant plus détendu le soir, et pour le personnel de la structure qui y trouvera un confort physique et une meilleure liberté d'action. Si certains parents ne se sentent pas

prêts à savoir leur enfant porté par quelqu'un d'autre qu'eux, il est alors nécessaire d'en discuter avec eux.

Il est également intéressant de voir le portage comme un simple outil qui facilite le quotidien et qui permet finalement une forme d'autonomie pour l'enfant. En effet, bien qu'en corps à corps avec son porteur, l'enfant qui a simplement besoin d'être rassuré et en mouvement va pouvoir observer ce qui se passe autour de lui, regarder les enfants jouer, sourire aux adultes, développer ses rapports sociaux... pendant que le porteur porte son attention à un autre enfant ou vaque à des tâches quotidiennes. Le portage rapproche physiquement tout en permettant un éloignement mental qui permet à chacun de faire sa vie, d'autant plus que les enfants n'ont pas toujours besoin qu'on soit complètement centré sur eux et que le contact physique en mouvement peut suffire à les apaiser et les occuper. Le portage sur le côté et le portage sur le dos sont particulièrement adaptés aux besoins de collectivités et offre moins d'intimité que le portage sur le ventre, plutôt réservé aux câlins.

APPRENDRE À PORTER

Si le portage est développé dans une structure avec un projet d'équipe, il est important d'apprendre à bien utiliser les différents systèmes de portage adoptés par le personnel, pour des raisons de confort mais aussi de sécurité. En effet, les gestes permettant une bonne installation de l'enfant et du porte-bébé ne sont pas si naturels dans notre culture qui a délaissé le portage depuis quelques générations et il est nécessaire de connaître les techniques et le respect de la physiologie avec précision.



De nombreuses associations et conseillères en portage peuvent intervenir auprès des structures pour former le personnel. N'hésitez pas à vous renseigner.



Le portage des bébés : origines, bienfaits et différentes pratiques

Vous pourrez trouver des coordonnées sur toute la France ici :
<http://portersonenfant.fr/ateliersfrance.html>.



POUR ALLER PLUS LOIN SUR LE SUJET

www.portersonenfant.fr : site de l'association Porter son enfant sur lequel vous trouverez de nombreuses informations générales sur le portage, de la documentation, des liens vers d'autres sites sur le portage, ainsi que les coordonnées d'associations ou de conseillères en portage sur votre région.

Bibliographie :

Claude-Suzanne, Didierjean-Jouveau, *Porter bébé, avantages et bienfaits*, éditions Jouvence, 2006.

Ingrid van den Peereboom, *Peau à peau, technique et pratique du portage*, éditions Jouvence, 2006.

Cécile Cortet, Céline Guerrand-Frénais, Anne-Sophie Bost, *Porter mon bébé*, éditions Minerva, 2009.

Des bébés bien portés, *Spirale* n° 46, série La grande aventure de Monsieur Bébé, éditions Éres.

Blandine Brill et Silvia Parrat-Dayana, *Materner, du premier cri aux premiers pas*, éditions Odile Jacob, 2008.

Hors série n° 5 du magazine *Grandir autrement* : Faire garder son enfant : ce qui évolue (avec notamment des articles sur le portage en collectivité)
www.grandiraument.com

Fiche rédigée par l'association Porter son enfant (Savoie et Haute-Savoie)