

Extrait du titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

<http://www.titange.com/calmer-colique-astuce.html>

Les bons gestes pour calmer les coliques de bébé

- Santé bébé -

Date de mise en ligne : mardi 2 juillet 2013

titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

Comment faire face aux fameuses coliques de bébé qui surviennent bien souvent au beau milieu de la nuit ? Inutile de se précipiter sur les médicaments, quelques bons gestes pratiques suffisent pour le calmer.

Utiliser l'écharpe de portage

Un remède de grand-mère efficace est de porter bébé ventre contre ventre pour calmer ses coliques. Ce contact lui procurera à la fois chaleur et sécurité, ce qui le détendra et apaisera ses peurs et craintes. Le bébé sentira la présence intime de sa mère qui le mettra en confiance.

Les bienfaits du bercement

Bébé apprécie qu'on le berce avec des mouvements doux et accompagnés d'une mélodie. Au moment de ses coliques, qui sont une véritable épreuve pour les parents, le meilleur geste à faire est de bercer bébé afin qu'il se calme à l'aide d'un hamac ou d'un baby relax.

Être à l'écoute de bébé

Rien de plus simple que d'être à l'écoute de son bébé lorsque celui est tout en pleurs. Lui parler tout doucement, le caresser et ne pas faire trop de mouvements brusques font effet sur son état. À la période où les coliques se manifestent, les bébés sont encore fragiles et ont besoin de beaucoup de délicatesse.

Les bons effets de la succion

Dans ces moments éprouvants pour les parents et qui peuvent être source d'anxiété pour ces derniers, ils peuvent donner une tétine à sucer à leur bébé. En effet, il est prouvé médicalement que la succion est réconfortante pour les nourrissons et les aide à se calmer tout seul.

Distraire bébé

Un geste simple et efficace est de distraire bébé en chantant ou en utilisant des bruits de fond. Dans certains cas, les nourrissons peuvent vite se calmer en entendant les bruits d'un aspirateur ou d'un lave-linge. Toujours est-il que le but est de capter l'attention du nourrisson et de lui faire oublier ses craintes.

Le miracle d'une petite dose d'eau sucrée

Selon des médecins britanniques, une petite quantité d'eau sucrée est efficace pour calmer les coliques du nourrisson. On préparera ce mélange avec une demi-cuillerée à café de sucre diluée dans 20 ml d'eau préalablement bouillie et refroidie. On donnera à bébé une partie de ce mélange deux fois par jour au maximum.