

COMMENT PROTÉGER BÉBÉ DE LA CANICULE ?



Donnez lui à boire régulièrement :

S'il est nourri au biberon : proposez lui des biberons d'eau en complément du lait.

S'il est allaité, proposez régulièrement le sein et hydratez la maman ! (les biberons d'eau ne sont pas nécessaires et peuvent diminuer la quantité de lait, c'est donc à éviter).



Ne sortez pas aux heures les plus chaudes de la journée, d'autant plus pour les nouveau-nés :

Utilisez une ombrelle sur la poussette mais attention, ne pas la couvrir (avec un lange par exemple) car l'air circule mal (selon une étude la température passerait de 22 à 34 en 30min).



Rafrichissez votre logement, et sa chambre en particulier :

Aérez tôt le matin et/ou tard le soir en fonction des températures, fermez les volets et les fenêtres en journée.



Hydratez et rafraichissez son corps :

Utilisez un brumisateur, faites lui prendre des bains tièdes (35°), laissez le en couche, entouré d'un boudin en tissu légèrement humide, mettez le ventilateur à proximité (mais pas directement sur lui).



En cas de problème contactez rapidement votre professionnel de santé habituel