

Année 4 - n° 28 - Janvier 2016

Bébés Mamans

www.bebesetmamans.com

CHIFFRES

18% DES FEMMES
FUMENT PENDANT
LEUR GROSSESSE

ACCOUCHEMENT

LES 10 CHOSES
QUE VOUS
VOULEZ SAVOIR

TAI-CHI

LES BIENFAITS
DE CETTE
DISCIPLINE

Génétique & ADN

À qui ressemblera bébé ?

Sommaire

Janvier 2016



MAMAN

CHIFFRES...

18% des femmes enceintes fument pendant leur grossesse.

L'ACCOUCHEMENT SE RAPPROCHE...

10 choses que vous voulez certainement savoir.

SAGE-FEMME

Les bienfaits de la natation.

TAI-CHI PENDANT LA GROSSESSE

Découvrez les bienfaits de cette discipline.

SAVEURS DU MONDE

Des plats exotiques adaptés à tous.

TEST : L'ACCOUCHEMENT

Faites notre test et découvrez si vous êtes au point.

À QUI VA-T-IL RESSEMBLER ?

Nous vous aidons à vous faire une idée d'à quoi ressemblera votre bébé...

GYNÉCO

Souffrance foetale, qu'est-ce que ça signifie ?

HOROSCOPE

Les prédictions du mois de janvier.



IMOI



Ce mois-ci, résolvez vos doutes sur l'accouchement, découvrez le Tai-Chi pour les femmes enceintes et imaginez comment sera bébé grâce à nos explications sur la génétique.



bebesetmamans.com



18%

des femmes enceintes fument pendant leur grossesse

Selon l'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé, 17,8% des femmes enceintes fument encore quotidiennement au troisième trimestre de grossesse, le taux le plus élevé d'Europe. **Ce qui indique que la prévention concernant les risques pour le fœtus doit être renforcée.**

Dans certains pays européens, on utilise une technique de communication afin de sensibiliser les futures mamans. Ce sont des conseils très courts et personnalisés dispensés par des sages-femmes formées par des psychologues. Si la future maman n'a aucune envie d'arrêter de fumer, le conseil se limite à une simple recommandation. Par contre, si celle-ci montre une réelle volonté de cesser de

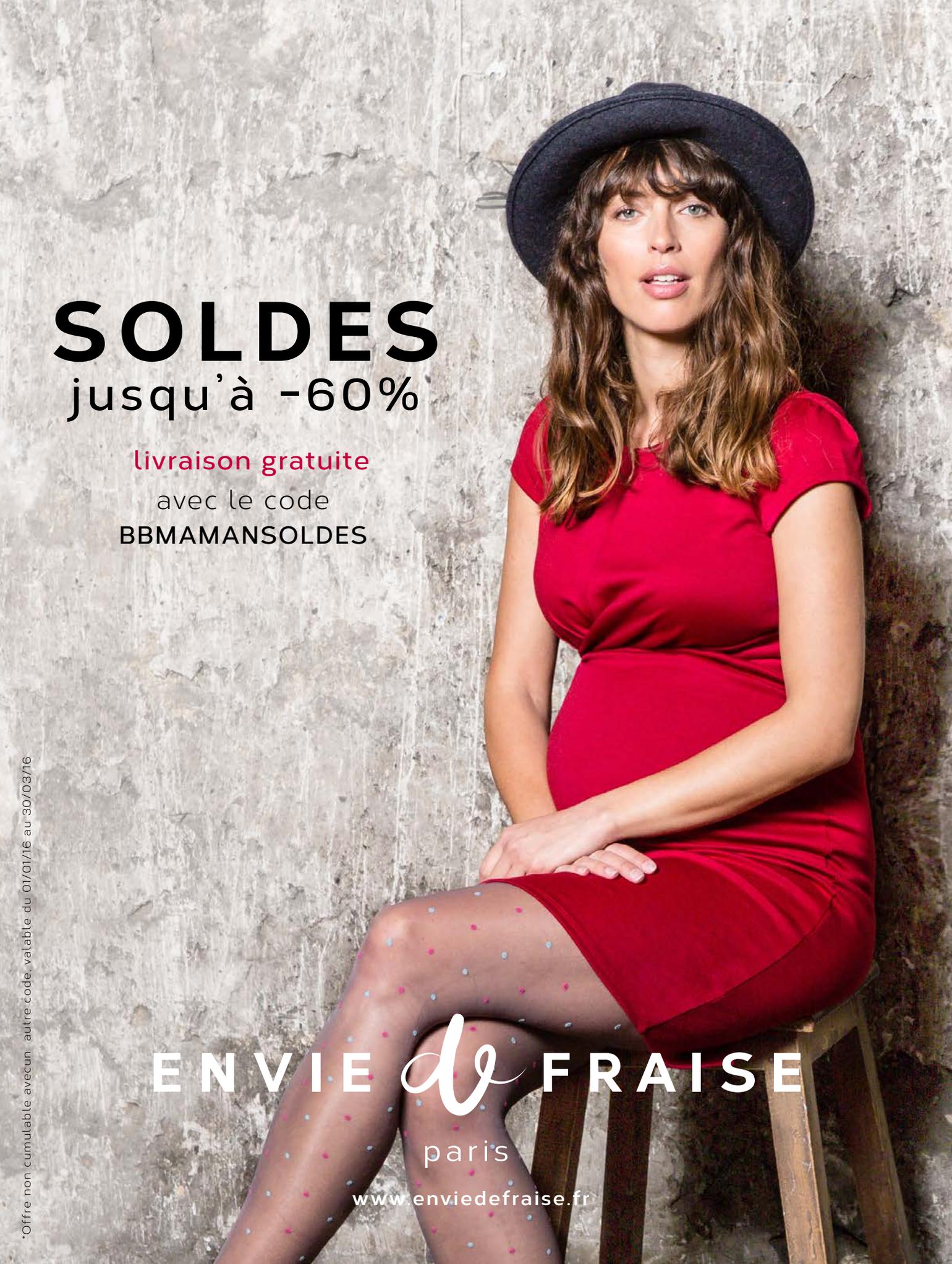
fumer, les sages-femmes lui offrent toute une série de conseils et d'informations. Grâce à ce système, on obtient une réduction de 14% des femmes qui continuent de fumer, le double par rapport au pourcentage obtenu sur la seule volonté de la future maman.

Comment expliquer l'efficacité de cette méthode de communication ? Tout d'abord car le message est délivré au bon moment et, deuxièmement, car celui-ci est délivré par une personne empathique qui encourage la future maman.

Source : INPES

http://www.inpes.sante.fr/30000/pdf/2014/Essentiel_GrossesseArretTabac.pdf

http://www.social-sante.gouv.fr/IMG/pdf/24022015_-_CP_-_Barometre_tabac.pdf



SOLDES
jusqu'à -60%

livraison gratuite
avec le code
BBMAMANSOLDES

ENVIE *de* FRAISE
paris

www.enviedefraise.fr

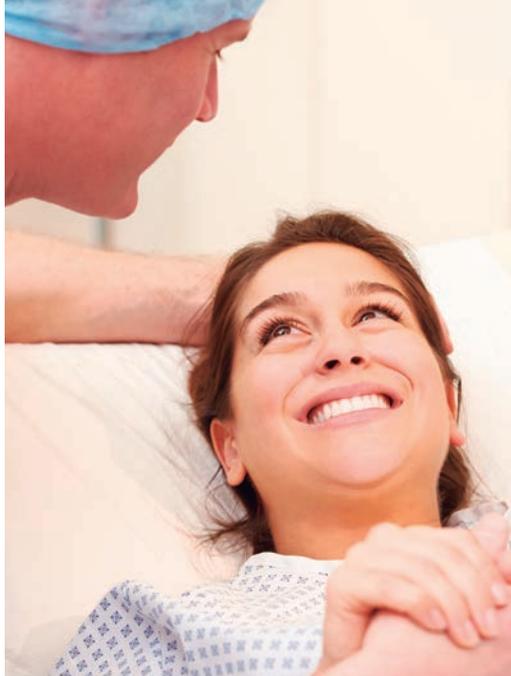


J'ai un doute...

À l'approche de l'accouchement, il est normal que vous vous posiez beaucoup de questions. Parfois, les expériences et les opinions d'autres mamans peuvent générer plus de confusion que d'aide. Nos experts répondent aux questions les plus courantes sur ce sujet.

En cas de césarienne, est-ce que mon partenaire peut être présent ?

Dans la plupart des maternités, la réponse est «non». Seuls quelques-uns d'entre eux acceptent que les papas entrent dans la salle d'opération, soit pour une césarienne programmée d'avance, soit si celle-ci est décidée au dernier moment lors de l'accouchement en lui-même.



En cas de césarienne, est-ce que mon partenaire peut être présent ? (suite)

Cependant, dans le cas d'une césarienne réalisée d'urgence, les choses changent : si on constate une souffrance fœtale qui nécessite une intervention aussi rapide que possible, le papa sera invité à attendre à l'extérieur pour ne pas gêner le personnel médical.



Est-il obligatoire de raser le pubis ? Est-ce que je peux refuser ?

Si vous avez besoin d'une épisiotomie durant l'étape finale du travail, l'incision sera effectuée avec une lame stérile à usage unique et uniquement dans la zone concernée. Raser de manière préventive le pubis peut causer des micro-lésions qui peuvent ensuite être colonisées par des bactéries. La future maman peut donc refuser qu'on lui rase le pubis.



Est-ce qu'on peut rester éveillée pendant la césarienne ?

De nos jours, il n'est pas nécessaire d'avoir recours à une anesthésie générale pour réaliser la césarienne, justement pour que la maman puisse prendre part à cet acte de manière totalement consciente. On utilise un type d'anesthésie qui inhibe la douleur dans la zone concernée.

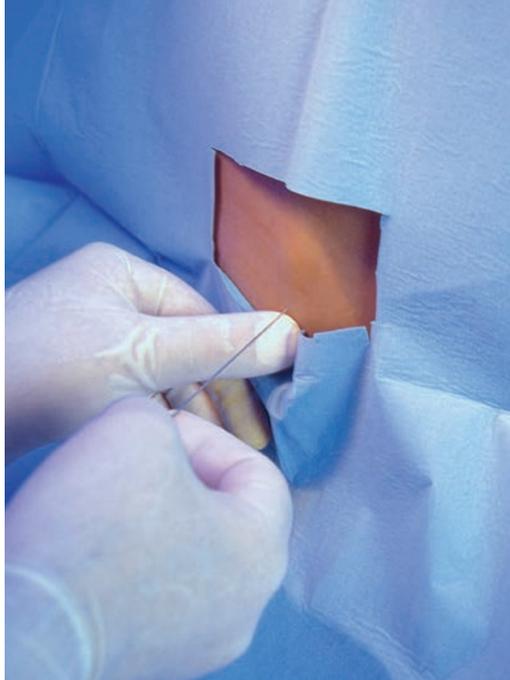


Peut-on éviter une épisiotomie ?

S'il n'existe pas de stratégie qui permette de réduire les traumatismes du périnée, le contrôle de la poussée pendant l'accouchement peut parfois éviter l'apparition de déchirures. On recommande de ne pas réaliser systématiquement d'épisiotomie, mais seulement s'il existe un besoin clinique avéré.

Est-il vrai que, avec la péridurale, l'utilisation d'une sonde est systématique ?

Si la péridurale est placée pendant le travail, on n'utilise pas de sonde urinaire, sauf si la maman n'arrive pas à vider sa vessie spontanément. En revanche, une sonde est placée dans la vessie lors d'une césarienne. La sonde est alors maintenue jusqu'à récupération complète des organes intestinaux.



Au cours de l'accouchement, est-ce qu'il arrive de faire caca ?

Oui, et il n'y a pas de problème, même d'un point de vue hygiénique. Les dernières recommandations sont de ne pas donner de produit laxatif aux futures mamans de manière systématique. Rassurez-vous, le personnel médical n'est pas là pour vous juger, mais pour vous aider.



Est-ce que je peux demander la péridurale à la dernière minute ?

À tout moment, la future maman peut demander une péridurale. L'anesthésiste fera une évaluation et demandera des tests analytiques si nécessaire. Pensez que tout cela retarde l'administration de la péridurale, il faut donc évaluer le temps restant avant la naissance, car il faut environ 30 minutes pour que la pose de la péridurale fasse effet.



Quand expulse-t-on le placenta ? Est-ce douloureux ?

Normalement, le placenta est expulsé rapidement ; on parle de «délivrance» et elle a lieu environ cinq minutes après la naissance du bébé et sans aucune douleur. Le temps d'expulsion du placenta n'est pas lié au nombre de naissances précédentes.



Puis-je manger ou boire pendant la dilatation ?

En général, non. Les restrictions concernant l'alimentation pendant la dilatation ont pour but de limiter les risques d'aspiration gastrique s'il devait y avoir une opération chirurgicale sous anesthésie générale. Cependant, des directives de l'OMS recommandent l'absorption de liquides pendant l'accouchement.



C'EST NOUVEAU,
C'EST QUOI ?



Des prix réduits
sur tout, tout de suite,
sans exception,
promis !
En magasin
et sur **vertbaudet.fr**

Gigoteuse d'été
à partir de **24€95**

prix club **19€95**



Déjà client ?

Profitez des prix Club
pendant un an.

Pas encore client ?

Dès 3 articles achetés,
bénéficiez tout de suite
des prix Club !
Et hop... **c'est gratuit !**



> JE DÉCOUVRE

Bienfaits de la natation

C'est l'un des sports les plus recommandés par les spécialistes pendant les neuf mois que dure la grossesse. Nous vous expliquons pourquoi.



UN ALLIÉ PENDANT LA GROSSESSE

ELLE RENFORCE LES MUSCLES ET LES ARTICULATIONS

L'effet de « portée » de l'eau qui permet de vaincre un peu la gravité contribue à renforcer les muscles et fait travailler les articulations, tout en évitant des blessures qui pourraient survenir hors de l'eau.

ELLE CORRIGE LA POSITION DE LA COLONNE

L'effet sédatif de l'eau et la contention qu'elle apporte en soutenant une partie du poids est un outil utile pour corriger les irrégularités dans la position de la colonne dont beaucoup de femmes enceintes ou de mamans qui allaitent ont tendance à souffrir.

ELLE AMÉLIORE LA CIRCULATION

La résistance hydrodynamique facilite les exercices de tonification des muscles tout en activant la circulation sanguine ; en plus, le massage de l'eau sur les extrémités limite l'apparition de varices, les chevilles gonflées et les crampes musculaires.

ELLE FAVORISE LA RESPIRATION

La pression de l'eau stimule le travail du diaphragme et des autres muscles associés à la respiration. À court terme, les femmes arrivent à avoir une respiration plus profonde et plus efficace, utile pour l'accouchement ; elle contribue également à une meilleure oxygénation entre les contractions.

Au cours des neuf mois de grossesse, le corps subit des changements importants. La plupart des professionnels de santé s'accordent à dire que l'exercice physique convient à la santé de la maman et du bébé pendant la grossesse ; ils recommandent des activités douces comme la natation, en adaptant les pratiques à l'état de la femme et toujours sous contrôle médical.

Lettres à la sage-femme



3ème grossesse

Bonjour ; je suis enceinte de mon 3ème enfant et je voulais savoir si l'accouchement du 3ème peut être plus long que les 2 précédents accouchements ? Merci beaucoup de votre réponse.

Hélène

La longueur du travail et de l'accouchement est liée principalement à la fréquence des contractions utérines, à la position de votre enfant dans l'utérus, mais aussi à la parité de la future maman. D'après ces facteurs, nous pouvons constater que la position de bébé peut ralentir considérablement le travail en fonction de sa position de tête, mais aussi de son dos.

Ronflements pendant la grossesse

Bonjour. Je suis à 7 mois de grossesse et, d'après mon chéri, dès que je dors, je ronfle et c'est pénible. Est-ce que vous savez pourquoi je ronfle et comment je peux faire pour ne plus ronfler.

Sophie

Il est fréquent d'avoir des ronflements en fin de grossesse et d'autres troubles du sommeil. Cela provient d'un gonflement des tissus (muqueuses nasales et voies du palais), généré par le taux important des hormones de grossesse (les œstrogènes). De plus, l'évolution de la grossesse et la croissance de votre bébé font que les positions nocturnes sont souvent difficiles à prendre et plus limitées. Par conséquent, cela bloque le passage de l'air et le nez se bouche, provoquant ainsi des ronflements.



En général cela commence au 3ème mois de grossesse et se poursuit jusqu'à la fin de la grossesse. Nous recommandons en fin de grossesse d'utiliser de l'aromathérapie ou de l'homéopathie, qui permettent de diminuer les insomnies ou les ronflements (les huiles essentielles sont contre-indiquées durant la grossesse). La nuit, nous vous conseillons également de dormir sur le coté pour permettre de libérer les voies aériennes et les pressions sous-costales. Si cela ne suffit vraiment pas, l'ORL peut éventuellement prescrire un léger traitement.

Posez votre question à notre sage-femme en nous écrivant à :

sage-femme@bebesetmamans.com

Anthony Weber

Sage-femme libérale

Maison Médicale - Dun-le-Palestel



BM GROSSESSE

Tai Chi

pendant la grossesse



Une étude réalisée à l'hôpital Sacco de Milan (Italie) a confirmé les avantages de cette discipline millénaire, en portant un regard attentif sur les futures et nouvelles mamans.

et avec bébé

On a largement parlé des bienfaits du Tai Chi sur la prévention et le traitement de diverses pathologies. Une récente étude italienne vient confirmer ces théories. Au début, on pensait que le Tai Chi était une discipline bénéfique surtout pour les personnes âgées ayant des problèmes d'équilibre et de mobilité. Il semblerait que le Tai Chi, grâce à ses exercices lents et simples, soit une discipline appropriée à tous les âges et soit également très bénéfique pour les futures et jeunes mamans. Quels sont ses points forts ? Il développe la coordination, améliore la stabilité posturale et favorise la perception du corps, ce qui augmente la confiance en soi.



Femmes enceintes

1. En favorisant un bon alignement de la zone cervicale et sacrale, le Tai Chi équilibre la posture et combat les maux de dos.

2. Le mouvement constant de « chargement et déchargement » d'une jambe sur l'autre favorise le drainage lymphatique en luttant contre le gonflement, tandis que la coordination des mouvements et de la respiration stimule les poumons et l'activité cardio-circulatoire par la régulation de la pression artérielle.

3. Côté psychologique, en obligeant à se concentrer sur la posture et la respiration, le Tai Chi libère l'esprit, ce qui aide à réduire la tension et le stress de manière efficace.

- Grâce au Tai Chi, la femme enceinte est plus consciente de son corps et de l'enfant qu'elle porte dans son ventre ; elle acquiert en plus une plus grande maîtrise de ses émotions.



Après la naissance

Deux semaines après un accouchement physiologique (en cas de césarienne, mieux vaut attendre quelques semaines de plus), les mamans peuvent recommencer à pratiquer le Tai Chi.

- Cette pratique favorise le rééquilibrage de la posture et compense les mauvaises positions que l'on adopte parfois en allaitant.
- Il réduit aussi la fatigue et donne un regain d'énergie, dont la maman a bien besoin.
- Les exercices peuvent se faire avec bébé : bien placé dans une écharpe de portage, le nouveau-né peut participer aux mouvements de sa mère qui le bercent doucement.

VOTRE BÉBÉ EST LE PLUS BEAU ? MONTREZ-LE !

Annoncez son arrivée avec un faire-part qui lui ressemble !



Profitez de **10€ OFFERTS** avec le code **BBM9** sur :

↪ WWW.PLANET-CARDS.COM ↩



Livraison est OFFERTE



Fabrication dans LA JOURNÉE



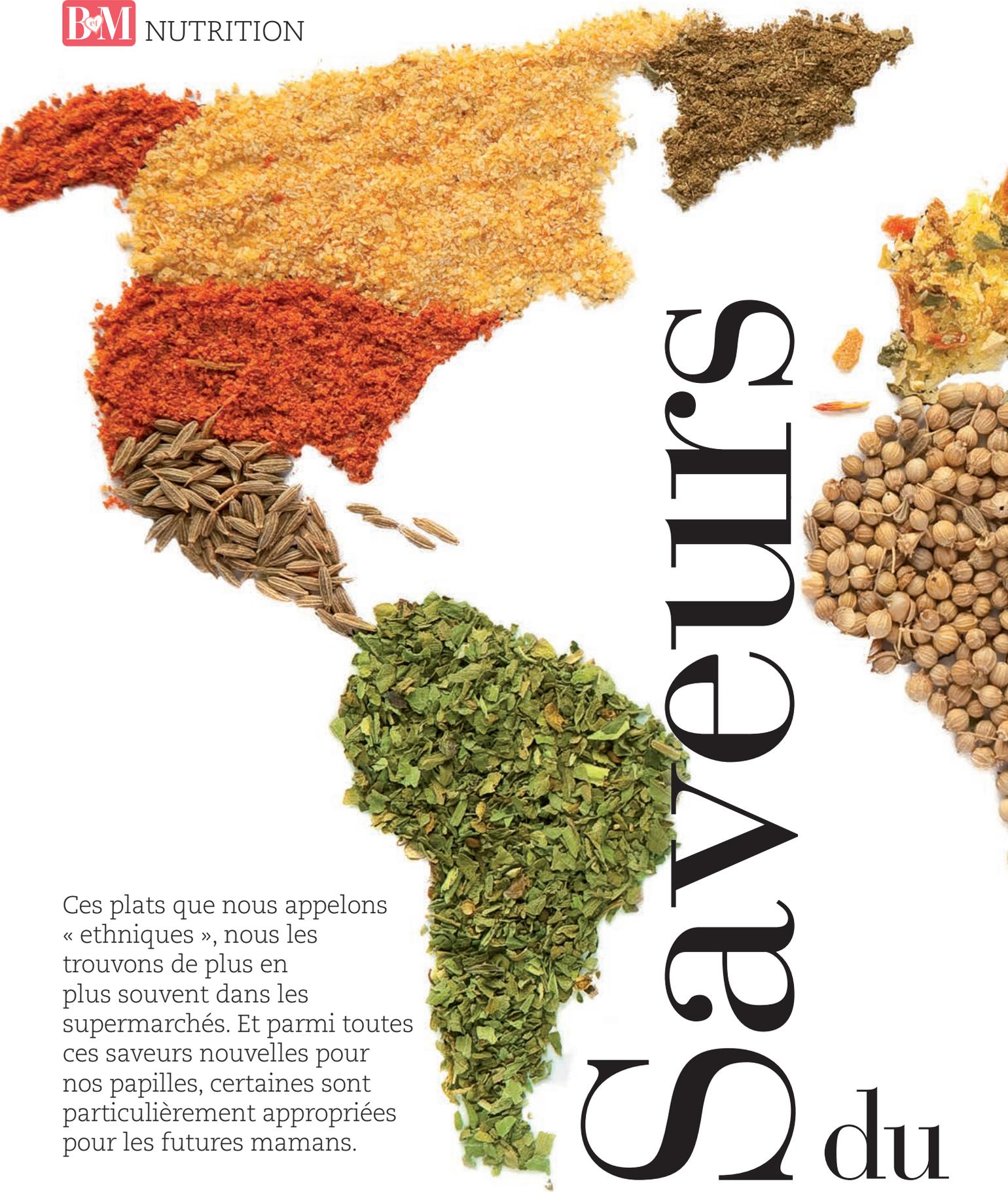
Fabriqué en FRANCE



Les enveloppes OFFERTES

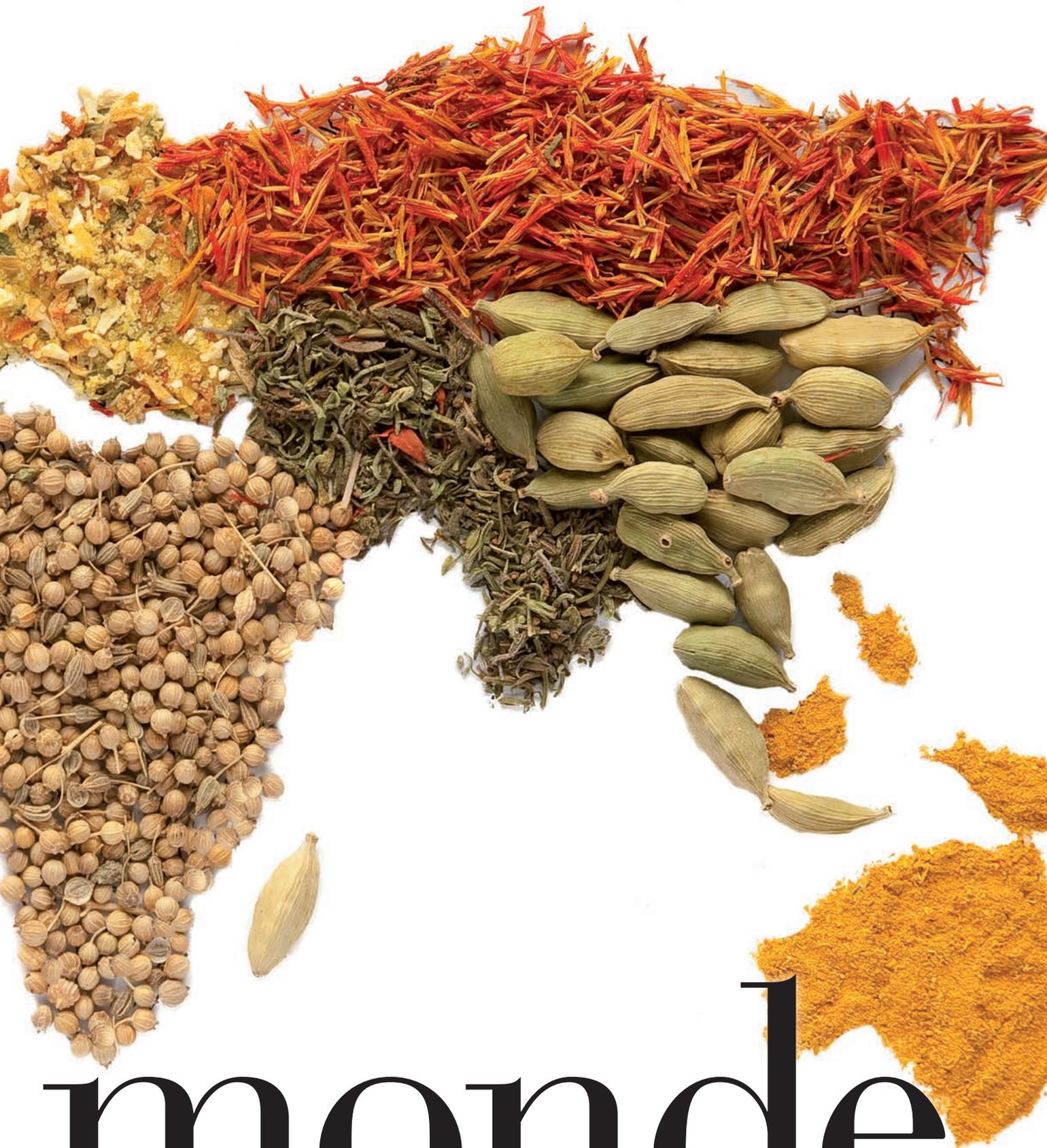


+ de 5000 MODÈLES



Ces plats que nous appelons « ethniques », nous les trouvons de plus en plus souvent dans les supermarchés. Et parmi toutes ces saveurs nouvelles pour nos papilles, certaines sont particulièrement appropriées pour les futures mamans.

Saveurs du



monde



bebesetmamans.com

POIS CHICHIE

À la mode libanaise

Notre cuisine les sous-estime, par rapport à l'importance que leur donne la cuisine d'Afrique du Nord et du Moyen-Orient. Dans ces pays, les femmes enceintes mangent des pois chiches en complément des protéines animales afin de couvrir l'augmentation des besoins en acides aminés nécessaires au développement du fœtus.

HOUMOUS

Pour 4 personnes : 250 g de pois chiche cuits, 1 gousse d'ail hachée, 1 cuillère à soupe de tahini (ou de beurre de cacahuète), un peu de lait, le jus de 1 citron, huile d'olive, persil haché, 1 cuillère à café de graines de sésame, sel, poivre.

- Mixer les pois chiches et passer la pâte obtenue à travers un moulin à légumes ou un tamis pour enlever les restes de peau. Verser la pâte dans un saladier. Ajouter ensuite le reste des ingrédients et bien mélanger avec une cuillère en bois. Laisser reposer au réfrigérateur pendant au moins une heure et servir avec du pain grillé.



CURRY

Un avant-goût d'Inde

En Inde, pendant la grossesse, on réserve une attention particulière aux recommandations d'hygiène et aux épices, pour assurer une plus grande sécurité alimentaire. Le *curry*, dans sa version la plus douce et consommé avec modération, a une action stimulante sur les fonctions digestives et fournit des substances protectrices, comme la curcumine, bénéfique pour ses propriétés anti-inflammatoires, antioxydantes et stimulantes pour le système immunitaire.

LÉGUMES ET CURRY

Pour 4 personnes : 50 g de margarine, 1 oignon, 2 gousses d'ail hachées, 1 CS de *curry* en poudre, 1 poivron vert haché, 350 g de légumes coupés en petits morceaux, 1 CS de noix de coco en poudre, bouillon de légume, 1/2 CC de curcuma, sel et poivre.

- Faire fondre la margarine dans une poêle et faire revenir l'oignon et l'ail. Saupoudrer de *curry* et de curcuma et laisser cuire pendant deux minutes, en remuant souvent. Ajouter le poivron et laisser prendre avant d'ajouter le reste des légumes. Ajouter la noix de coco, recouvrir de bouillon et laisser cuire quelques minutes. Assaisonner avec le sel et le poivre et servir avec du riz, du *chutney* et du yaourt velouté.

mustela®

MATERNITÉ

PRÉSERVEZ LA BEAUTÉ DE VOTRE PEAU



7 SOINS EXPERTS



SÉCURITÉ MAMAN - BÉBÉ
GARANTIE

DÉCOUVRIR LA GAMME

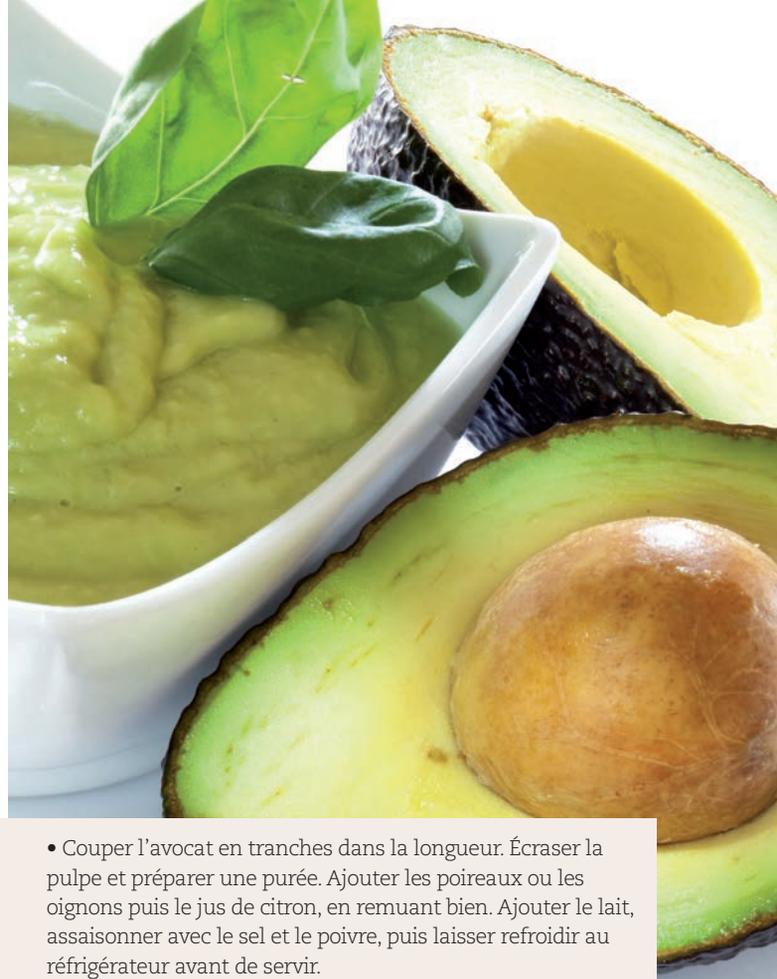
En direct des Caraïbes

Pendant la grossesse, il est essentiel de consommer une quantité suffisante de matières grasses, en particulier des « bonnes » graisses, qui servent à construire le tissu nerveux du bébé. Dans les Caraïbes, en plus du poisson, riche en Oméga-3, on consomme de l'avocat, un fruit très particulier car il contient plus de 20% de matières grasses, principalement insaturées, c'est-à-dire « bonnes ».

SOUPE D'AVOCAT

Pour 4 à 6 personnes : 3 avocats bien mûrs, 2 poireaux ou oignons coupés fins, le jus d'un citron vert, 1/2 litre de lait, sel et poivre.

- Couper l'avocat en tranches dans la longueur. Écraser la pulpe et préparer une purée. Ajouter les poireaux ou les oignons puis le jus de citron, en remuant bien. Ajouter le lait, assaisonner avec le sel et le poivre, puis laisser refroidir au réfrigérateur avant de servir.



Une idée de la Thaïlande

La médecine traditionnelle thaïlandaise se rapporte à la conception orientale selon laquelle, pour être bien, il faut maintenir un équilibre entre les facteurs opposés. La grossesse est considérée comme une condition « chaude », qui doit être contrôlée par l'utilisation d'aliments « frais ». L'ananas occupe une place particulière : il est riche en facteurs vitaminiques et en fibres, et il contient une grande quantité d'une enzyme, la broméline, qui facilite la digestion des protéines.

KAS PAD SUPPAROT

Pour 4 à 6 personnes : 1 gros ananas, 450 g de riz cuit, 3 CS d'huile, 1 œuf battu, 1 oignon moyen en rondelles, 1 CS de sauce soja, 100 g de crevettes ou de thon, 100 g de noix, 1 poivron rouge, 1 CS de coriandre hachée, sel et poivre.

- Couper l'ananas en morceaux. Dans une poêle, faire cuire l'omelette des deux côtés, la retirer du feu et couper en lanières. Faire revenir l'oignon, ajouter la sauce soja et le riz et cuire trois minutes. Ajouter l'ananas, les crevettes, les noix et l'omelette. Faire revenir et ajouter le sel et le poivre. Servir avec des lamelles de poivron et de la coriandre.

Happy Mum Paris

*Vêtements
de grossesse*



Accouchement

L'accouchement est divisé en trois grandes étapes. Savez-vous comment elles s'appellent ?

1. Le terme « prodromique » désigne :

- A-** Un col de l'utérus fermé.
- B-** Une phase qui peut durer 2 ou 3 jours.
- C-** Une série de désagréments qui durent tout le dernier mois.

2. La dilatation est caractérisée par :

- A-** La présence de contractions régulières.
- B-** Une durée « fixe ».
- C-** Moins de douleurs qu'à l'expulsion.

3. L'expulsion :

- A-** Dure une ou deux minute.
- B-** Dure près d'une heure.
- C-** Dure environ trois heures.

4. La délivrance a lieu :

- A-** Une minute après la naissance.
- B-** Dans les 5 à 30 minutes après la naissance.
- C-** 3 à 4 heures après l'accouchement.

1. B. Peut durer jusqu'à deux ou trois jours

La phase prodromique est une étape préparatoire. Elle peut commencer quelques heures ou deux ou trois jours avant la dilatation. Elle est caractérisée par des contractions sporadiques, irrégulières et de courte durée qui peuvent se produire à différents moments de la journée. Ces contractions ont pour objectif de préparer le col de l'utérus et de « l'effacer » à chaque fois un peu plus. Ces changements dans le col de l'utérus peuvent entraîner l'expulsion du bouchon muqueux. Pour la même raison, il est fréquent que le sac amniotique se rompe. Si le liquide est clair et transparent, vous pouvez prendre le temps de vous préparer avant d'aller à la maternité.

2. A. Contractions régulières

La dilatation commence lorsque les contractions sont plus fréquentes et plus longues : elles se produisent toutes les 3 à 5 minutes et durent près d'une minute. Il faut maintenant aller à la maternité. Au cours de cette phase, le col s'ouvre progressivement, pour atteindre 10 cm de diamètre. Cette phase dure 6 à 8 heures pour les primipares, et 4 à 5 heures pour les multipares. Pendant cette étape, la sage-femme vérifie que le bébé va bien grâce au monitoring fœtal qui enregistre le rythme cardiaque du bébé et les contractions utérines. La sage-femme réalise également des examens vaginaux pour vérifier que la dilatation se fait de manière régulière.



3. B. Dure environ une heure

L'expulsion dure généralement une heure pour les primipares, et une demi-heure pour les multipares. Le bébé commence par descendre la tête dans le bassin. En cours de route, il fait des mouvements pour s'adapter à la résistance exercée par les tissus de la mère. Il commence par « comprimer » le volume de sa tête et la fléchit vers la poitrine pour pouvoir entrer dans le bassin. Le bébé suit ensuite sa progression par le vagin. Avec les dernières poussées, le bébé penche la tête vers l'extérieur et, une fois dehors, tourne à nouveau la tête en faisant un mouvement de torsion du tronc qui fait apparaître une épaule, puis l'autre, et enfin le reste du corps.

4. B. A lieu 5 à 30 minutes après la naissance

La maman doit faire un dernier effort pour la délivrance, ce qu'on pourrait appeler l'« accouchement » du placenta. C'est un processus qui a lieu spontanément entre 5 et 30 minutes après la naissance du bébé. L'utérus continue à se contracter jusqu'à ce que le placenta se sépare de la paroi utérine pour suivre le même chemin que le bébé. La sage-femme examine le placenta, vérifie qu'il est entier et s'assure qu'il ne reste rien collé dans l'utérus, une possibilité qui pourrait provoquer une hémorragie. Si le décollement du placenta ne se produit pas une heure après la naissance, le gynécologue doit intervenir pour provoquer la délivrance manuellement.

À qui va-t-il ressembler?

Bien que la génétique ne soit pas une science exacte, des traits dominants permettent d'imaginer comment sera le futur bébé.



Garçon ou fille ? Quelle couleur de cheveux, et les yeux ? La question du sexe trouve habituellement sa réponse vers la 20ème semaine de grossesse avec la deuxième échographie. Malheureusement, il faut attendre quelques mois, voire plus, pour répondre aux autres questions. Comme alternative, on peut utiliser les lois de Mendel qui expliquent comment et selon quelles probabilités les parents transmettent leurs caractéristiques morphologiques et psychologiques à leurs enfants.

DES COMBINAISONS UNIQUES

L'enfant reçoit et s'approprié l'information génétique de ses parents de deux façons distinctes. Dans certains cas (couleur des yeux ou forme des oreilles), si les caractéristiques des parents sont

différentes, l'enfant va prendre l'une des deux et rejeter l'autre. Dans d'autres cas (couleur de la peau ou taille), les caractères des deux parents se mélangent pour aboutir à un « croisement ». Cependant, ce n'est qu'un principe générique. L'évolution de la science génétique a montré que ces mécanismes héréditaires sont bien plus complexes et parfois imprévisibles.

On sait maintenant que l'information transmise par la mère et le père se transmet de manière unique et inimitable à chaque individu, selon une série de combinaisons qui impliquent beaucoup plus de gènes que l'on croyait auparavant. En bref, le même caractère peut apparaître de façon très différente, même entre frères et sœurs. Faire des prédictions basées sur l'apparence physique de la maman et du papa est donc difficile.

UNE BATAILLE ENTRE LES GÈNES

Le corps humain est composé de milliards de cellules, dans le noyau desquelles est inscrit le patrimoine génétique de chaque individu. Toute l'information est contenue dans 23 paires de chromosomes. Dans chaque paire, un chromosome est hérité de la mère et l'autre du père, à travers l'ovule et le spermatozoïde qui contiennent 23 chromosomes chacun. Sur chaque chromosome sont présentes des milliers d'unités d'information appelées gènes. Qui gagne ? Cela dépend de la partie du corps. Parfois, c'est le caractère « dominant » qui gagne, face au « récessif », d'autres fois, une sorte de collaboration a lieu.





YEUX CLAIRS OU FONCÉS ?

La couleur des yeux est déterminée par la concentration de mélanine présente dans l'iris. Cette quantité est régulée par au moins trois gènes. La couleur foncée étant dominante, si un seul des parents a les yeux clairs, il est fort probable que l'enfant ait des yeux foncés.

Foncé + Foncé = Foncé

Foncé + Clair = Foncé

Clair + Clair = Clair

Mais il n'est pas possible de savoir si les yeux clairs seront bleus ou verts.



OREILLES DÉCOLLÉES

Certains traits physiologiques très marqués comme un menton proéminent, un nez aquilin, des oreilles décollées ou de grandes mains sont des caractéristiques héréditaires dominantes auxquelles on peut difficilement échapper. La bonne nouvelle est que, chez les filles, les lignes ont tendance à s'adoucir.



UNE CHEVELURE ABONDANTE OU PAS ?

La couleur et le type de cheveux sont régis par la compétition entre les caractères dominants (noir et bouclé) et récessifs (blond et lisse). Le pigment est toujours déterminé par la concentration de mélanine, mais, dans le cas des cheveux, les gènes chargés de résoudre le problème sont au moins au nombre de quatre. De plus, comme avec les phénomènes morphologiques tels que la constitution physique, la structure capillaire est également déterminée, en partie, par un mélange de caractères maternels et paternels. Si le père et le grand-père paternel ont souffert d'une calvitie précoce, il est probable que leurs enfants aient également ce problème.



difrax®
care since 1967



Les sucettes évoluent en même temps que bébé!



La partie à sucer est en silicone transparente et douce



Favorise le bon développement de la forme des mâchoires et de la bouche

Comble les besoins de succion de votre bébé

La collerette en forme de papillon libère le nez

La tétine tranquillise, calme et détend l'enfant



Avec sa forme rappelant celle du mamelon, la tétine **natural** est aisément acceptée par le nourrisson.

La tétine **dental** favorise le développement de la gencive et du palais





CALCULEZ SA TAILLE

En général, la taille et le poids sont le résultat d'une moyenne entre les caractéristiques des deux parents. On peut prévoir la taille finale avec une certaine approximation. Les médecins spécialistes dans la croissance utilisent les formules suivantes :

Pour les garçons:

$(\text{Taille du père en cm} + \text{Taille de la mère en cm}) / 2 + 13$

Pour les filles:

$(\text{Taille du père en cm} + \text{Taille de la mère en cm}) / 2 - 13$

L'enfant atteint toujours cette stature génétique, à moins que sa croissance ne soit ralentie à cause de facteurs environnementaux (alimentation ou hygiène insuffisantes) ou biologiques (problèmes hormonaux ou anomalies chromosomiques).



EST-CE QU'ON NAÎT INTELLIGENT ?

Les scientifiques s'accordent sur un fait : tous les enfants naissent avec un patrimoine cérébral hérité de leurs parents, mais leur croissance intellectuelle ou psychique est largement conditionnée par l'environnement dans lequel ils vivent et par les stimuli qu'ils reçoivent. 60 à 80% proviennent de la génétique, mais il s'agit là de calculs difficiles, voire impossibles. Par exemple, si on parle de talent musical, quelle part est prédéterminée du point de vue génétique et quelle

part est due au fait qu'un enfant de musiciens vit immergé dans la musique et peut jouer d'un ou de plusieurs instruments depuis tout petit ? Certaines formes d'intelligence sont plus liées à la génétique que d'autres, comme la capacité de calcul, la faculté cinétique et, dans une moindre mesure, la mémoire. La facilité avec laquelle un enfant apprend le vocabulaire d'une langue ou de plusieurs langues est également prédéterminée génétiquement.

BebesMamans.com



ENTREZ DANS LA SECTION GROSSESSE, ET TROUVEZ TOUTES LES INFOS SUR CES NEUF MERVEILLEUX MOIS.

Le lieu de rencontre
pour toutes les
mamans !

-  Toutes les réponses à vos questions et vos doutes avec plus de 5.000 articles.
-  Le Coin des Mamans: échanger et connaître d'autres mamans.
-  Le pédiatre et le gynécologue répondent à vos questions !



CLIQUEZ ICI!

La souffrance fœtale

La souffrance fœtale est un terme que redoutent bien des futurs parents. Voici les signes qui permettent de la détecter.



On parle de souffrance fœtale lorsque la quantité d'oxygène ou de nutriments que bébé reçoit à travers le placenta diminue. Il s'agit d'une situation particulièrement dangereuse pour le fœtus et qui peut se produire tant pendant la grossesse qu'au moment de la naissance.

CATÉGORIES DE SOUFFRANCE FŒTALE

- **La souffrance fœtale aiguë, qui correspond à un manque brusque d'oxygène : on parle alors d'hypoxie.** Ce phénomène se produit généralement lors de l'accouchement, mais peut aussi survenir au cours de la grossesse, par exemple si un nœud se forme au niveau du cordon ombilical ou en cas de décollement placentaire. La seule solution est alors de déclencher le travail, afin d'éviter que le manque d'oxygène n'ait de graves conséquences neurologiques pour le bébé.
- **La souffrance fœtale chronique :** le manque d'oxygène et de nutriments se fait progressi-

vement, entraînant un ralentissement de la croissance de bébé. S'il ne s'agit pas d'une situation d'urgence, il est en revanche indispensable d'en déterminer la cause et de suivre très attentivement l'évolution de la grossesse.

LES SIGNES AVANT-COUREURS

Certains indicateurs peuvent faire soupçonner un risque de souffrance fœtale :

- **L'arrêt du développement intra-utérin du fœtus** (encore appelé RCIU, Retard de Croissance Intra-Utérin) ou une diminution de la quantité de liquide amniotique (on parle alors d'oligoamnios), deux informations que l'on obtient grâce à l'échographie.
 - **L'arrêt ou la diminution de la production d'œstriol** qui peut suggérer une altération des fonctions hépatiques et surrénales du fœtus ainsi que du placenta.
 - **Une altération du rythme cardiaque du fœtus**, qu'il s'agisse d'une accélération (tachycardie) ou d'un ralentissement (bradycardie), et que l'on peut observer grâce à un monitoring (CTG).
 - **La présence de méconium dans le liquide amniotique :** on le détecte grâce à l'amnioscopie ou à une ponction trans-abdominale.
- De tels symptômes entraînent la qualification « à risque » de la grossesse et de l'accouchement pour lequel on prévoit, le cas échéant, une réanimation intra-utérine du nouveau-né ou une intervention d'urgence pour extraire le fœtus.

**BÉLIER**

(21/03 au 20/04)

À partir du 3, il devient plus réfléchi, pose des questions difficiles, cherchant à étendre l'étendue de son savoir. Nettoyer l'amuse, il range... à sa façon !

Il juge son entourage de façon franche et directe, cherchant même un peu la bagarre : attention, il peut être attiré par des objets « dangereux » ! Essayez de tempérer son agressivité, mais sans trop le réprimander .

**GÉMEAUX**

(21/05 au 21/06)

Respectez son rythme, même si cela vous oblige vous aussi à redoubler de patience. Laissez-le faire ses lacets ou mettre ses chaussures tout seul ; toutes ces petites victoires vont l'encourager.

Mars lui donne un sentiment de puissance ; il déborde d'énergie et se sent très sûr de lui, peut-être un peu trop... Aidez-le à ne pas se disperser en créant des moments rien que pour vous deux.

**LION**

(23/07 au 23/08)

ASous l'influence d'Uranus et l'action de Mars en opposition, il est plein d'enthousiasme... voire exubérant. Vénus le rend radieux ; on l'adore.

Il'influence conjuguée de plusieurs planètes le rende plus sociable, même en dehors de la maison. Il se montre très exigeant envers son entourage et apprécie (un peu trop... ?) les compliments.

**BALANCE**

(23/09 au 22/10)

Mercury et le Soleil en déséquilibre jusqu'au 20, agissent de façon contradictoire et le perturbent. La présence de ses proches le calme.

La présence de Mars dans son signe pendant tout le mois le rend plus fort, physiquement et émotionnellement, ce qui l'incite à partir à la découverte de son environnement.

**SAGITTAIRE**

(23/11 au 21/12)

La douceur de Vénus dans son signe stabilise ses émotions. Il s'oriente vers des activités artistiques et en groupe. Il lui faut du courage, car les difficultés augmentent considérablement ce mois-ci.

Très vif d'esprit, il comprend des concepts difficiles et passe rapidement de l'idée à la réalisation de celle-ci. À partir du 23, il est sous l'influence de Vénus ; il se montre plus gai et extraverti.

**VERSEAU**

(21/01 au 19/02)

Il ne s'occupe pas des autres et reste dans son « monde », rechargeant les batteries en attendant de faire des choses dont il se sentira fier. Le 20, le Soleil entre dans son signe et il sort de sa cachette.

Il se sent fort dans les discussions en face à face, car il est sûr d'avoir raison. Sous l'influence de Mars et de Mercure, il aime la dialectique et échange de façon très agréable.

**TAUREAU**

(21/04 au 20/05)

**CANCER**

(22/06 au 22/07)

**VIERGE**

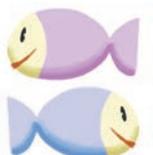
(24/08 au 22/09)

**SCORPION**

(23/10 au 22/11)

**CAPRICORNE**

(22/12 au 20/01)

**POISSON**

(20/02 au 20/03)

Bebes  Mamans.com  

Le site et le magazine de la famille

CLIQUEZ ICI
ET DECOUVREZ LE VITE !

