

# Le transat

Dans le cadre d'une action de sensibilisation quant au transat, voici quelques idées reçues, effets et recommandations sur son utilisation auprès du tout petit.

De peur qu'il a froid, soit mal installé et par hygiène, nous hésitons à poser le bébé au sol. Nous pensons que l'asseoir très tôt renforce sa musculature. Et pourtant ! Cet ancrage dans ces habitudes culturelles renvoie l'image d'un bébé passif, dépendant totalement de l'adulte.

## Les effets du transat

Lorsque l'enfant est bien installé dans un transat, il donne l'impression d'être apaisé, détendu, contenu par le tissu recouvrant la structure et par les bercements qu'il procure.

Cependant, le transat limite facilement les champs d'action et de vision de l'enfant. Allongé ou semi allongé, l'enfant se trouve face au plafond, avec peut-être une lumière gênante, il est dans l'incapacité de se mouvoir, et d'aller attraper un objet. L'enfant peut ainsi très vite se désintéresser de son environnement s'il n'est pas en relation directe avec une personne.

Si l'enfant reste trop longtemps dans cette même position, un désintérêt social en plus d'un affaissement dorsal est risqué.

Grâce aux recherches, nous savons que l'enfant a besoin d'éprouver son corps, de le mouvoir dans l'espace en repoussant le sol, en testant ses appuis..., pour se retourner, ramper, s'asseoir, se mettre debout, et marcher.



Le Dr Jean Lavaud, responsable du SMUR pédiatrique de l'hôpital Necker-enfants-malades de Paris, est formel : « ne laissez pas un nourrisson trop longtemps dans un transat, un siège auto ou encore une poussette pliante, il risque de souffrir d'affaissement dorsal. Au-delà de 30 à 60 mn quotidiennes ses muscles se relâchent et sa colonne vertébrale n'est plus maintenue. Le tonus axial nécessaire à ce maintien est acquis vers 9 mois, pas avant. »

En effet, le tonus axial est nécessaire pour le maintien de la tête, fruit de toutes les expérimentations du bébé qu'il peut faire et éprouver au sol, sur un tapis.

Ses tentatives de retournement, de changements de positions, de poussées au sol vont lui permettre de tenir progressivement sa tête et de faire de nouvelles acquisitions motrices.

## Proposition à l'enfant

Comme nous l'avons vu ci-dessus, le bébé a besoin pour son bon développement psychomoteur d'éprouver son corps dans l'espace. C'est pourquoi, nous pouvons lui proposer autant que possible de passer du temps sur **les tapis d'éveil**. En effet, les tapis d'éveil, directement posés sur le sol, offrent aux enfants la possibilité de repousser le sol avec leurs pieds, leurs jambes, leurs bras. Ils vont ainsi

pouvoir prendre appuis sur quelque chose de dur et de solide pour tester et expérimenter de nouvelles mises en forme corporelles.

Pour le nourrisson, **la position sur le dos** va favoriser ses premiers mouvements : tourner sa tête, mouvoir ses jambes et bras.

Petit à petit, les modifications du tonus vont permettre au bébé de soulever sa tête, ses bras, ses jambes. Le bébé cherche à attraper ses pieds, il découvre l'enroulement. Les jouets disposés autour de lui vont l'inciter à rouler du dos au ventre et explorer cette nouvelle posture.



Le bébé **sur le ventre** redresse sa tête et prend appui sur ses avant-bras, puis sur ses mains. Il explore ces nouvelles positions qui vont lui permettre de développer sa musculature et progressivement découvrir un nouveau mode de déplacement : ramper.

Ainsi, placé au sol, l'enfant est en complète relation avec son corps. Votre présence à ses côtés vous permet de jouer avec lui, de mettre des mots sur ses nouvelles expériences, d'accompagner au plus près ses découvertes et déplacements.

De par la contenance et les bercements qui l'accompagnent, le transat est donc un bon moyen pour les enfants d'être en interaction directe, en relation avec l'adulte. Je dirai cependant que celui-ci est à utiliser avec de nombreuses précautions et ne doit pas devenir un substitut à la relation.

Lors de l'utilisation du transat, et pour ne pas en abuser, nous pouvons garder en tête certain risques et mésusages :

- affaissement musculaire
- systématisation de l'utilisation
- risque d'oubli dans le transat
- mouvements de l'enfant entravés
- isolement de l'enfant
- diminution des interactions et perte d'intérêt de l'enfant pour le monde environnant
- manque d'expériences motrices
- réduction du champ visuel.

--> **Le Transat** est bien un moment de **transition**

--> Veiller à ne pas dépasser les **30 à 60 minutes par jours**.

--> Veiller à toujours **proposer à l'enfant des expériences au sol**.

