



# L'emmaillotage, les mamans adorent, mais qu'en pensent les pros ?

Emmailloter son bébé, quelle drôle d'idée ! Un retour au Moyen Age, pense-t-on. Pourtant, de plus en plus de mamans le font : ça calme leur tout-petit. Enquête.

Par **Anne Ulpat**

Il faudra attendre les années 70 pour que la gigoteuse ou la turbulette – bien nommées ! – libèrent les nourrissons. Le maillot rejoint illico le musée, rayon curiosités... Et voilà qu'en 2007 la marque Red Castle, spécialiste des produits de puériculture, lance en France la Couverture miracle. Commercialisée aux Etats-Unis depuis 2003, elle fait un carton. L'idée ? Emmailloter son bébé les trois premiers mois l'aide à bien dormir, de nuit comme de jour. De nom-

'emmaillotage ? C'est une pratique qui remonte... à la nuit des temps, nous explique Catherine Rollet\*, historienne spécialiste de l'enfance. En Asie centrale, en Amérique latine ou en Europe, les mamans enveloppaient leur bébé, bien serré dans un morceau de tissu, pour le protéger du froid et des animaux. Il leur arrivait même de l'accrocher ainsi à un clou en hauteur quand la maman devait s'éloi-

gner ! « Progressivement, en Europe, toute une symbolique se développe autour de cette pratique, raconte l'historienne. Un médecin du XVIII<sup>e</sup> siècle explique qu'il est important que l'enfant soit emmailloté les bras le long du corps et les jambes bien tendues pour lutter contre son animalité. On est sûr ainsi qu'il marchera bien sur ses deux pieds et non à quatre pattes. » Il n'y a guère que

Jean-Jacques Rousseau, ardent défenseur des enfants, pour émettre quelques doutes, un siècle plus tard, sur cette façon de contraindre les bébés.

« J'étais franchement sceptique, mais une amie m'a fait essayer, et mon bébé a arrêté de se tortiller. Il n'avait plus l'air de souffrir et souriait. J'ai trouvé ça scotchant ! »

**SOPHIE, MAMAN DE MAËL, 2 MOIS**

breux nourrissons chouinent ou pleurent franchement avant de trouver le sommeil. Petites angoisses liées à leur nouvelle vie, coliques causées par des intestins encore immatures... les raisons ne manquent pas. La Couverture miracle leur offre des contours rassurants, comme le liquide amniotique dans l'utérus de leur maman. Ils se sentent enveloppés, et la légère pression exercée sur l'abdomen calme leurs maux de ventre. Les mamans qui l'ont essayée sont enthousiastes (lire les témoignages) : dans la plupart des cas, leur bébé pousse un soupir de soulagement et s'endort !

## Une pratique plébiscitée...

Alors, que faut-il en penser ? Est-il bien nécessaire de revenir aux méthodes de nos grands-mères, voire arrière-grands-mères, pour apaiser nos bouts de chou ? Oui, répond sans hésiter Isabelle Gambet-Drago, spécialiste des massages pour bébé. D'autant que le concept a tout de même évolué depuis Jean-Jacques Rousseau ! Il ne s'agit plus d'emprisonner leurs jambes ou de les laisser emmaillotés toute la journée. La Couverture miracle maintient les bras le long du corps, mais laisse le choix côté jambes : soit elles sont envelop-

pées mais peuvent quand même bouger, soit elles sont à l'air libre. L'intérêt d'avoir les bras tendus ? « Un bébé de quelques semaines a des mouvements incontrôlés, explique Isabelle Gambet-Drago. Subitement, il écarte les bras et les referme, c'est ce que l'on appelle le réflexe de Moro : cela le réveille ou le surprend, et il se met aussitôt à pleurer. C'est très inquiétant pour lui. L'enserrer dans la couverture évite ces soubresauts et le contient... » Fini les nuits en pointillé pour les bébés... et leurs parents. Selon notre spécialiste des massages, l'enveloppement aide aussi les nourrissons à sentir les limites de leur corps. Ce qui les rassure car, les premières semaines, ils se sentent perdus dans notre monde aérien ! D'ailleurs, tous les professionnels le disent : spontanément, les bébés prématurés se collent contre la paroi de leur berceau, comme s'ils éprouvaient un besoin de contact. Sans doute pour se sentir moins livrés à eux-mêmes... Pour l'instant, il faut le reconnaître, l'emmaillotage reste encore peu répandu : « En France, les mamans pensent tout de suite "camisole et Moyen Âge", admet Isabelle Gambet-Drago. Mais quand on leur explique comment ça marche, leur regard



A la naissance de mon enfant, je l'emmaillotais spontanément dans un drap, car il était très agité et avait l'air inquiet. La première fois, il a carrément poussé un soupir de soulagement ! Mais il gigotait tellement que le drap ne tenait pas. Puis j'ai découvert la Couverture miracle. Mon bébé était solidement maintenu car un pan est beaucoup plus long que l'autre et permet de faire plusieurs tours. C'est vraiment super. J'ai arrêté au bout de trois mois : il commençait à jouer avec ses mains, et je ne voulais pas l'en priver. »

CLAIRE, MAMAN DE THOMAS, 4 MOIS

change. Et puis, au début, c'est vrai, on a peur de trop serrer... »

## ... A quelques réserves près

Et les médecins, qu'en pensent-ils ? « L'idée de l'enveloppement est intéressante, estime le Dr Dominique Léronas, pédiatre à l'hôpital Antoine-Béclère à Clamart, en région parisienne. Mais les bras tendus me dérangent. Spontanément, un bébé dort les bras fléchis. Les services de néonatalogie, par exemple, en tiennent compte désormais pendant les soins. Il me semble que cette couverture constitue un retour en arrière. Les bébés portent leur main à la bouche, sucent leurs doigts, cela les apaise énormément. » Et ce professionnel ajoute : « Attention, l'emmaillotage ne doit pas remplacer les bras des parents, essentiels à cet âge. C'est vrai qu'un nourrisson demande beaucoup de disponibilité. Mais c'est normal, rien n'égale l'odeur et le contact de la peau d'une maman ! » La Dre Myriam Szejer, psychanalyste en maternité, est encore plus réservée.

Elle n'est pas contre, mais seulement sur indication médicale, pour les bébés particulièrement fragiles, comme les prématurés, qui ont besoin d'être contenus. « Il est vrai que les nourrissons sont un peu angoissés par cette vie qui commence. Mais les emmailloter les fait régresser, il faudra bien qu'ils affrontent leur nouvelle existence. » Alors, pour ou contre ? Si votre bébé est particulièrement agité, si vous êtes exténuée par des nuits sans sommeil, si vous sentez que cela le soulage, ce serait tout simplement dommage de s'en priver. Mais rien ne vous empêche de demander conseil à votre pédiatre... ✨

\* coauteure, avec Marie-France Morel, de Des bébés et des hommes, Albin Michel.



Le manque de sommeil et la naissance d'un deuxième enfant peu de temps après le premier créaient des tensions. Aujourd'hui, dès que Victor pleure, je l'emmaillote et il se rendort, serein... »

MAUD, MAMAN D'ACHILLE, 2 ANS, ET VICTOR, 3 MOIS

## OÙ LA TROUVER

La Couverture miracle, 19,50 €, dans les magasins d'articles de puériculture. Points de vente au 04 42 60 76 90.