

Bien-être

Les Grangettes proposent désormais aux nouveau-nés ce soin qui fait sensation.

Lorraine Fasler

La lumière est tamisée et une musique de relaxation impose le tempo. Le bain sera assurément lent. Chaque geste est exécuté dans une extrême douceur. Enveloppé dans un linge, Théo est immergé dans une eau entre 37°C et 38°C. Instantanément, ses petits gazouillis s'apaisent. Ainsi commence son bain thalasso. Durant une quinzaine de minutes, le nourrisson se laisse bercer par le mouvement de va-et-vient et par le son de l'eau qui ruisselle sur son front.

Âgé de seulement cinq jours, il goûte aux joies de ce nouveau soin offert, depuis le mois de juin, aux nouveau-nés des Grangettes. Une soixantaine de bébés de la clinique ont déjà profité de cette méthode mise au point par Sonia Krief, une auxiliaire de puériculture française qui fait sensation sur les réseaux sociaux (*lire l'encadré*).

Sarah Cartier, infirmière en néonatalogie, ne lâche pas des yeux Théo, elle le guide, observe chacune de ses réactions et adapte ses gestes. «Contrairement aux idées reçues, le bébé doit avoir l'estomac plein, afin d'être apaisé. Ensuite on l'emmailote pour qu'il se sente maintenu, en sécurité, récapitule-t-elle. L'enfant s'endort souvent et on parvient parfois à l'immerger presque entièrement, ne laissant hors de l'eau que son nez et sa bouche.» Le petit garçon n'ira pas jusque-là, ou brièvement. Il fermera toutefois les yeux et se laissera aller à de longs bâillements. C'est aussi ça le bain thalasso, il n'y a pas de formule toute faite.

Hors du temps

Fini de savonner les bébés hors de l'eau et de les plonger en vitesse dans un bassin. Contrairement au bain d'hygiène, qui est plus rapide et parfois davantage rythmé par des cris et des larmes que par les notes de piano, le bain thalasso est décrit comme un bain de transition entre la vie intra-utérine et le monde extérieur. Il permettrait au bébé de revivre les sensations vécues dans le ventre de sa maman et de retrouver certaines postures. La clinique le prodigue jusqu'à 20 jours après la naissance.

N' imaginez donc pas une piscine, le bébé barbote dans un grand lavabo, afin de reproduire au maximum l'environnement qui a été le sien durant neuf

Les nourrissons ont droit à leur bain thalasso



C'est sous une eau à une température comprise entre 37 et 38 degrés Celsius, pour rappeler aux nouveau-nés, comme Théo, la vie intra-utérine, que les soignantes donnent le «bain de Sonia». FRANK MENTHA

mois: un espace aquatique, chaud et confiné.

Des larmes sont toutefois souvent bien présentes durant ce soin rempli d'émotion, mais des larmes de bonheur. «Les mamans ont l'impression d'observer leur bébé dans leur ventre, raconte Sarah Cartier, infirmière en néonatalogie. Le bain de Sonia est destiné à libérer certaines tensions liées à des grossesses ou

à des naissances difficiles. Mais aussi à recréer le lien mère-enfant après une séparation, comme lorsque le bébé a dû être hospitalisé d'urgence, à la suite de problèmes respiratoires, par exemple.» Le peau à peau ou les massages ponctuent le plus souvent ce rituel.

À la question de savoir si ce bain est reproductible chez soi, l'infirmière en néonatalogie n'y

va pas par quatre chemins. «Non. Nous avons suivi une formation de trois jours afin d'apprendre les techniques et surtout savoir comment réagir en cas de réactions vives des bébés. Les tenir de manière à la fois douce mais assurée est essentiel pour leur sécurité. Mais les parents peuvent s'en inspirer, langer leur enfant et reproduire quelques gestes, comme le rapprocher des bords

afin de le rassurer.» À noter que le bain de Sonia est contre-indiqué lorsqu'un bébé connaît une grande perte de poids.

Exclusivité négociée

C'est Audrey Blanc, responsable de la Maternité des Grangettes Hirslanden, qui a contacté Sonia Krief, afin de nouer un partenariat et former quinze collaboratrices auprès de son École du Bien

Naître au bain thalasso. Par ailleurs, quatorze employées ont été initiées au massage de bébé et l'ensemble de ses équipes de la Maternité a suivi une formation sur l'allaitement, afin d'unifier les discours et d'harmoniser les prises en charge. «On se remet en question. Nous avons revu nos pratiques, afin d'être toujours plus centrés sur le bien-être du bébé. On a eu de la chance d'être soutenues par la direction. Cette formation est un cadeau pour les parents mais aussi pour nos soignantes», explique-t-elle.

«Les mamans ont l'impression d'observer leur bébé dans leur ventre. Le bain de Sonia permet de libérer certaines tensions liées à des grossesses ou à des naissances difficiles. Mais aussi à recréer le lien mère-enfant.»

Sarah Cartier

Infirmière en néonatalogie

Rien que le «Parcours Thalasso Bain Bébé», dispensé sur trois jours à Neuilly-sur-Seine, coûte 2700 euros par personne. À cette somme s'ajoute une franchise, dont nous ne connaissons pas le montant, garantissant l'exclusivité aux Grangettes.

«Notre clinique est aujourd'hui la seule en Suisse à offrir cette prestation aux familles (ndlr: labellisée «Maternité Bien Naître»). Le bain thalasso vient renforcer cette approche unique développée par notre institution qui vise à l'épanouissement familial dès la naissance de l'enfant, dans la suite logique du Centre Brazelton», déclare Gilles Rufenacht, directeur de la clinique.

«J'ai découvert ce bain sur les réseaux sociaux, mais sans avoir pu l'expérimenter à la naissance de ma fille, âgée de 2 ans aujourd'hui», commente Alexandra, la maman de Théo. Présents dans la pièce durant tout le soin, les parents sont ravis de voir leur petit si apaisé. Ils s'émerveillent et capturent ces instants avec leur téléphone. Difficile de ne pas fondre.

tdg.ch

Scannez le QR code et découvrez notre reportage vidéo.

«Ce bain, c'est mon bébé»

● En postant en 2013 une vidéo de jumeaux durant son bain thalasso, Sonia Krief, puéricultrice française, était loin d'imaginer le buzz qui allait suivre. La vidéo totalise aujourd'hui près de 50 millions de vues.

Cette passionnée de bébés, qui a 42 ans d'expérience, a saisi l'opportunité de ce succès pour développer un vrai business autour de sa technique, mise au point il y a vingt ans. Sonia Krief forme aujourd'hui des professionnels de la santé du monde entier.

Elle a ouvert un cabinet privé fin 2018 et lancé en 2019, avec Clara Sebag et Charlotte Guedj,

l'École du Bien Naître. Chez elle, les jeunes parents déboursent 200 euros pour un accompagnement parental d'une heure et demie comprenant le bain thalasso. Le soin est gratuit lorsqu'il est dispensé durant les formations.

Combien de professionnels avez-vous formés?

Entre 200 et 250 personnes ont suivi mes formations à l'École du Bien Naître. C'est peu, car je choisis de ne former que trois personnes simultanément, afin de préserver une intimité essentielle pour pouvoir libérer les parents et les bébés de blocages. Les cours sont presque complets jusqu'à 2022 et il y a une liste d'attente de

parents qui veulent que leur bébé expérimente le bain thalasso.

Vous avez même breveté votre méthode. Pourquoi?

Les noms «Bain de Sonia» et «Bain thalasso» sont protégés. J'étais très fâchée au début de voir que mon bain était copié par des personnes qui n'ont pas été formées par mes soins. Ce bain, c'est mon bébé et je n'ai cessé de le faire évoluer depuis. Je reçois chaque jour des messages de mamans qui me racontent des baignades catastrophiques dispensés par des personnes qui ne maîtrisent pas la méthode. LFA

Sonia Krief, «J'accueille mon bébé», Albin Michel (Éd. 2021)

Les méthodes des autres maternités

● Le bain de Sonia Krief n'est peut-être pas dispensé dans les autres maternités genevoises, mais celles-ci proposent aussi des bains emmaillotés et des techniques de détente.

À la Clinique Générale-Beaulieu, le premier bain du bébé se fait entouré d'un linge, sous le regard des parents. Le service communication annonce toutefois qu'ils ont «le projet de développer le soin thalasso bain», afin de compléter leur offre. En plus de massages prodigués, des cours de portage sont organisés. Ils répondent à un besoin de contact et de confort du bébé et sont proposés aux parents dès la sortie à la maternité. Ils peuvent

même suivre une première leçon durant la grossesse et une seconde, après la naissance de bébé.

Aux Hôpitaux universitaires de Genève (HUG), les soignants pratiquent aussi des bains enveloppés en néonatalogie avec les prématurés, dans le cadre des soins de soutien et développement. «Pour la détente des bébés, la Maternité recommande, par ailleurs, le peau à peau avec les parents, les massages et l'allaitement maternel», déclare Nicolas de Saussure, porte-parole.

«Certains des éléments sur lesquels se base la technique du bain thalasso font déjà partie intégrante du protocole de bain de

notre maternité et sont basés sur les recommandations de néonatalogie - température à 37°C par exemple - ainsi que sur l'expérience de nos sages-femmes et infirmières puéricultrices, explique Géraldine Monay, chargée de communication à l'Hôpital de la Tour. Une grande importance est accordée à la gestuelle (bercement par exemple), au toucher, au contact visuel, au verbal. Nous créons une ambiance «cocooning» favorisant la détente. De la réflexologie est également possible dès la naissance, ainsi que des massages, dont certains gestes sont transmis aux parents, s'ils le souhaitent. LFA