



Microkinésithérapie et ostéopathie Pour les tout-petits !

« Tu l'as déjà emmené chez l'ostéo ? Et chez le microkiné ? » Vous êtes jeune parent et lorsque vous évoquez autour de vous (ou sur les réseaux sociaux) diverses difficultés de sommeil, de pleurs, d'alimentations avec votre jeune bébé, ces deux pratiques vous sont souvent proposées. Mais pourquoi consulter l'un plutôt que l'autre ? Qui fait quoi ? Je vous explique tout !

Ostéopathie et microkiné sont deux techniques de thérapie manuelle, qui s'exercent tant sur les adultes que sur les bébés. Ces deux pratiques paramédicales, dispensées par des professionnels de la santé, aident à retrouver ses pleines capacités physiques et émotionnelles. Pourtant, chacune d'elle a ses spécificités et agit sur des dimensions différentes de l'être.

Penchons-nous sur ce que chacune peut apporter pour les bébés.

L'ostéopathie

Cette technique aide à rééquilibrer tous les dysfonctionnements d'ordre **mécanique**. En observant et en posant ses mains, le thérapeute va percevoir les restrictions de mobilité et inviter le mouvement pour équilibrer les fonctions des organes et du corps. Des restrictions de mobilité, même toutes petites, peuvent avoir un impact important dans toute notre structure corporelle qui va chercher un moyen de s'adapter pour retrouver l'équilibre... et par là se créer de nouveaux maux ! La gestation et la naissance sollicitent énormément la mobilité du bébé. En fin de gestation, le manque de place, puis les contractions vont venir faire pression sur son corps. Ensuite, le passage dans le canal vaginal exerce, lui aussi, une grosse pression, notamment sur son crâne. Dès la naissance, la première

inspiration va provoquer un mouvement d'expansion et déployer ses poumons; ce mouvement va mettre en route tout le mécanisme du bébé, adapté à la vie extra-utérine.

Ce passage intense de pression à expansion peut être à l'origine de nombreuses tensions et restrictions mécaniques qui peuvent mener à des pleurs, des difficultés de sommeil, de tétées... On estime que 90 % des bébés ont des tensions à la naissance. Si pour une partie d'entre eux, le corps va trouver le moyen de se soigner lui-même, d'autres en gardent des tensions à plus long terme. Quelles que soient les conditions de gestation et de naissance du bébé, un passage chez l'ostéopathe dans les premières semaines de vie est un très bon réflexe à avoir.

Le praticien vérifiera alors au niveau mécanique comment bébé a vécu la période intra-utérine, comment s'est passé son passage vers la vie extra-utérine (que bébé soit né par voie vaginale ou par césarienne) afin de délier toutes tensions pouvant conduire à des inconforts.

La microkinésithérapie

La microkinésithérapie est une pratique de massage thérapeutique qui va aider le corps à évacuer tous les traumatismes passés ou présents

qu'il garde en mémoire et qui l'empêchent de bien fonctionner, pour retrouver la vitalité de tous les tissus corporels.

Nous subissons tous, tous les jours, des agressions de toutes natures provenant de l'extérieur (microbes, toxines, chocs physiques ou émotionnels) ou de l'intérieur (faiblesse d'un organe, fatigue, problèmes existentiels).

Le plus souvent, notre organisme s'adapte et s'autocorrige sans même que l'on s'en aperçoive. Cependant, lorsque certaines atteintes ne sont pas identifiées ou trop fortes, le corps ne peut réagir efficacement: l'événement laisse alors une sorte de cicatrice dans les tissus.

Une accumulation de ces cicatrices peut, au fur et à mesure, provoquer des inconforts, des douleurs ou des maladies. La microkiné cherche et agit sur ces cicatrices d'ordre **émotionnel**,



toxique (anesthésie, vaccin...) ou **vibratoire** (échographies, wi-fi...) engrammées dans les tissus.

Par un toucher doux, le praticien va localiser et identifier les cicatrices qui gênent le bon fonctionnement du corps. Il va pouvoir mettre des mots, des dates sur des événements qui auraient laissé une empreinte et ensuite, aider le corps à les libérer en stimulant le processus d'autoguérison de l'organisme. De très nombreux maux et comportements (allergies, maladies récurrentes, RGO, pleurs inexplicables...) peuvent être liés à des vécus traumatiques, des toxines accumulées ou d'ordre vibratoire. Pour les tout-petits, on ira voir le microkiné notamment pour les mêmes raisons que l'ostéopathe (pleurs, alimentation, sommeil, gestation, naissance...), mais le praticien travaillera sur une tout autre dimension de l'être, et donc de la difficulté!

Pourquoi aller voir un ostéopathe?

- Il est toujours bon d'aller le voir en post-naissance, quelles que soient les circonstances;
- Si la naissance a été longue, instrumentée ou que bébé est resté coincé;
- Si bébé pleure souvent sans raison compréhensible;
- S'il n'aime pas être posé;
- S'il ne tète pas bien;
- S'il ne va pas bien à selles;
- S'il a toujours la tête du même côté ou la tête plate;
- S'il a des difficultés de sommeil.

Pourquoi aller voir un microkiné?

- Si bébé pleure souvent sans raison compréhensible;
- S'il n'aime pas être posé;
- S'il ne tète pas bien;
- S'il ne va pas bien à selles;
- S'il a des difficultés de sommeil;
- S'il présente des allergies;
- S'il présente des maladies récurrentes;
- Si la grossesse a été vécue «difficile» au niveau physique ou émotionnel pour la maman ou son entourage;
- S'il est né pré ou postmaturé;
- Si la naissance a été induite, longue ou instrumentée;

Ces deux pratiques aussi similaires que différentes peuvent vous aider, vous et votre enfant, à retrouver un quotidien plus fluide et apaisé en travaillant sur différentes dimensions de l'être.

Si vous rencontrez des difficultés énoncées plus haut avec votre enfant, n'hésitez pas à rencontrer ces deux types de praticiens qui vous aideront chacun à leur manière.

Lorsque vous consultez pour votre bébé ou votre jeune enfant, veillez à ce que celui-ci ait l'habitude de travailler avec ce public particulier.

Merci

• à **Auréli de Schoutheete**,
ostéopathe spécialisée dans
l'accompagnement du féminin,
des mamans et des bébés
www.osteonatal.com

• à **Stéphanie Devillé**,
microkinésithérapeute,
0477 38 96 16



Marie Fournier

Accompagnements thérapeutiques
Traductrice de bébés
www.naitre-parents.be
0032 (0)479 70 23 15
marie.naitreparents@gmail.com