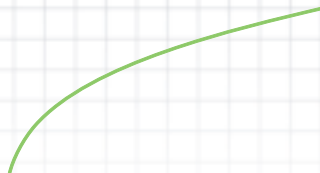


Cours de formation sur l'évaluation de la croissance de l'enfant

Normes OMS de croissance de l'enfant

Carnet de croissance — fille

La croissance de votre enfant de la naissance à l'âge de 5 ans



Nom de l'enfant:

Date de naissance:



Organisation
mondiale de la Santé

Carnet de croissance – fille

A l'usage des parents et des autres personnes prenant soin de l'enfant afin de suivre son état de santé et de favoriser sa croissance et son développement

Ce carnet est le principal outil permettant d'évaluer l'état de santé, la croissance et le développement de votre enfant.

Il contient des recommandations sur l'alimentation et les soins à apporter à votre fille à des âges différents, car, au fur et à mesure que votre enfant grandit, ses besoins évoluent.

Le carnet doit être utilisé à la fois par vous-même et par les autres personnes qui prennent soin de l'enfant. Par conséquent, gardez-le dans un endroit sûr et **prenez-le avec vous chaque fois que vous emmenez votre fille :**

- dans un centre de soins (pour une visite de contrôle ou parce que l'enfant est malade)
- chez un médecin ou un autre agent de santé
- pour une consultation ambulatoire ou aux urgences dans un hôpital
- pour tout autre rendez-vous concernant sa santé

Données personnelles

Nom de l'enfant _____ Fille

Numéro d'identification/d'enregistrement _____

Noms des parents _____

Adresse _____

*Si c'est un
garçon,
utilisez un
carnet de
croissance
pour les
garçons*

Renseignements sur la naissance :

Date de naissance _____

Age gestationnel à la naissance _____ Naissance simple/multiple ? _____

Mensurations à la naissance :

Poids _____ Taille _____ Périmètre crânien _____

Rang de naissance _____

Date de naissance du/de la cadet/te le/la plus proche (même mère) _____

Alimentation :

Age lors de l'introduction d'aliments ou de liquides _____

Age à la fin de l'allaitement _____

*Il est possible d'enregistrer d'autres
informations sur l'alimentation dans
les pages consacrées aux notes*

Événements négatifs (dates) :

(tels que le décès de l'un des parents, d'un frère ou d'une soeur de moins de 5 ans)

Table des matières

	Pages
Données personnelles	1
Table des matières	2
Modèle de calendrier de vaccination	4
Autres recommandations du programme national	5
Notes.....	6–11
Quand des soins spécialisés ou un avis peuvent être nécessaires.....	12
Recommandations pour l'alimentation	
Jusqu'à l'âge de 6 mois	14
Aliments recommandés pour les bébés et les enfants âgés	
de 6 mois à 5 ans	15
Agés de 6 mois à 1 an.....	16
Agés de 1 à 2 ans	18
Agés de 2 à 5 ans	19
Recommandations pour la préparation des aliments en toute sécurité	
et l'hygiène.....	20
Messages clés concernant les soins	
Messages clés concernant les soins à tout âge.....	21
Age : de 0 à 4 mois.....	22
Age : de 4 à 6 mois.....	23
Age : de 6 mois à 1 an.....	24
Age : de 1 à 2 ans.....	25
Age : 2 ans et plus.....	26

Diagrammes de croissance pour les filles.....	27
<i>Comprendre les diagrammes de croissance</i>	28
<i>De la naissance à 6 mois FILLES</i>	
Taille couchée-pour-l'âge.....	29
Poids-pour-l'âge	30
Poids-pour-la taille couchée	31
IMC-pour-l'âge	32
<i>De 6 mois à 2 ans FILLES</i>	
Taille couchée-pour-l'âge.....	33
Poids-pour-l'âge	34
Poids-pour-la taille couchée	35
IMC-pour-l'âge	36
<i>De 2 à 5 ans FILLES</i>	
Taille debout-pour-l'âge	37
Poids-pour-l'âge	38
Poids-pour-la taille debout	39
IMC-pour-l'âge	40
Etapas du développement moteur général.....	41
Annexe : Calendrier de vaccination pour les nourrissons recommandé par le Programme élargi de vaccination de l'OMS	42

Modèle de calendrier de vaccination (PEV)

Age	Vaccin	Date de la vaccination	Lieu de la vaccination
2-3 mois	DTC-1		
	Hib		
	Hépatite B		
	VPO-1		
4-5 mois	DTC-2		
	Hib		
	Hépatite B		
	VPO-2		
6-7 mois	DTC-3		
	Hib		
	Hépatite B		
	VPO-3		
12-15 mois	ROR		
	Fièvre jaune		
18 mois	DTC		
	VPO		
5 ans	DTC		
	VPO		
	ROR		

Ramenez votre enfant pour les prochaines vaccinations aux dates suivantes :

Autres recommandations du programme national pour les enfants âgés de moins de 5 ans

(Recommandations à insérer en laissant de la place pour noter les suppléments donnés, etc.)

Supplémentation en micronutriments donnée (fer, vitamine A, etc.) :

(notez la date, le supplément, la quantité donnée)

Déparasitage :

Evaluation du développement :

Date de naissance :

Notes de consultation

Date de la visite	Age aujourd'hui (années/mois ou semaines révolus)	Mesures (Notez ci-dessous, puis reportez sur les diagrammes)			Motif de la visite, observations, recommandations
		Poids (kg)	Taille couché/debout (cm)	IMC*	

* IMC (indice de masse corporelle) = poids en kilogrammes divisé par le carré de la taille couché ou debout en mètres (kg/m²)

Notes de consultation

**Alimentation : Notes sur les antécédents, les problèmes éventuels,
les conseils donnés**

Autres renseignements (allergies médicamenteuses ou alimentaires, maladies chroniques, etc.) :

Date de naissance :

Notes de consultation

Date de la visite	Age aujourd'hui (années/mois ou semaines révolus)	Mesures (Notez ci-dessous, puis reportez sur les diagrammes)			Motif de la visite, observations, recommandations
		Poids (kg)	Taille couché/ debout (cm)	IMC*	

* IMC (indice de masse corporelle) = poids en kilogrammes divisé par le carré de la taille couché ou debout en mètres (kg/m²)

Notes de consultation

**Alimentation : Notes sur les antécédents, les problèmes éventuels,
les conseils donnés**

Autres renseignements (allergies médicamenteuses ou alimentaires, maladies chroniques, etc.) :

Date de naissance :

Notes de consultation

Date de la visite	Age aujourd'hui (années/mois ou semaines révolus)	Mesures (Notez ci-dessous, puis reportez sur les diagrammes)			Motif de la visite, observations, recommandations
		Poids (kg)	Taille couché/debout (cm)	IMC*	

* IMC (indice de masse corporelle) = poids en kilogrammes divisé par le carré de la taille couché ou debout en mètres (kg/m²)

Notes de consultation

**Alimentation : Notes sur les antécédents, les problèmes éventuels,
les conseils donnés**

Autres renseignements (allergies médicamenteuses ou alimentaires, maladies chroniques, etc.) :

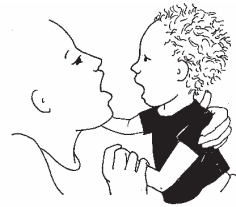
Quand des soins spécialisés ou un avis peuvent être nécessaires

Chaque fois que vous aurez des inquiétudes sur la croissance ou le développement de votre enfant, cherchez à obtenir l'avis d'un agent de santé. Celui-ci pourra examiner votre enfant et vous conseiller.

Voici d'autres cas où des soins spécialisés ou l'avis d'un agent de santé peuvent être nécessaires :

- ♥ Si la courbe de croissance de l'enfant est trop éloignée de la courbe centrale (appelée « 0 »), cela peut signifier qu'elle souffre de dénutrition ou qu'elle est en surpoids. Si elle ne se situe pas dans la normale, un agent de santé pourra vous aider à trouver des solutions pour l'aider à grandir normalement. Par exemple, il faudra peut-être changer le type d'aliments qui lui sont donnés, ou la fréquence ou la quantité des repas. Elle peut aussi avoir besoin d'un plus grand soutien affectif, d'être stimulée ou de davantage d'activité physique pour pouvoir être en bonne santé.
- ♥ Si l'enfant est gravement dénutrie, elle doit recevoir d'urgence des soins spécialisés.
- ♥ Si l'enfant est obèse, elle doit faire l'objet d'un examen médical et d'une prise en charge spécialisée. Discutez-en avec l'agent de santé.
- ♥ Si une mère craint d'être VIH-positif, elle doit être encouragée à se rendre dans un service de dépistage et de conseil.
- ♥ Si une femme enceinte ou la mère d'un nourrisson se sait VIH-positif, des conseils spécialisés doivent lui être donnés sur les possibilités dont elle dispose pour nourrir le bébé.

Recommandations pour l'alimentation et les soins à donner aux nourrissons et aux enfants



- ♥ Si votre enfant est malade, nourrissez-la en fonction des recommandations correspondant à son groupe d'âge fournies dans cette partie du carnet. Donnez-lui aussi davantage de liquides (allaitez-la plus si l'enfant est nourrie au sein) et encouragez-la à manger en lui proposant des aliments tendres, variés, appétissants ainsi que ses aliments préférés. Après la maladie, nourrissez-la plus souvent que d'habitude et encouragez-la à manger davantage.



Recommandations pour l'alimentation d'un nourrisson jusqu'à l'âge de 6 mois

- Nourrissez votre bébé uniquement au sein jusqu'à ce qu'il ait 6 mois (180 jours).
- Allaitez votre bébé aussi souvent qu'il le demande, jour et nuit, au moins 8 fois par 24 heures.
- Allaitez votre bébé lorsqu'il montre qu'il a faim : lorsqu'il commence à s'agiter, à sucer ses doigts ou à remuer les lèvres.
- A chaque tétée, encouragez votre bébé à vider le premier sein avant de lui présenter l'autre.
- Ne lui donnez pas d'autres aliments ou liquides. Le lait maternel étanche la soif de votre bébé et suffit à le rassasier.



Aliments recommandés pour les bébés et les enfants âgés de 6 mois à 5 ans

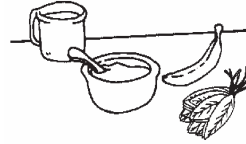
Le lait maternel continue à être une source importante de nutriments jusqu'à l'âge de 2 ans et plus. Lorsqu'il atteint l'âge de 6 mois (180 jours), votre bébé a besoin d'autres aliments et liquides en plus du lait maternel. Vous trouverez sur cette page des exemples des aliments recommandés. Dans les pages qui suivent figurent des recommandations sur les quantités à donner, la fréquence des repas et la façon de nourrir votre enfant à des âges différents.

- Les aliments de base donnent de l'énergie à votre enfant. Parmi ceux-ci figurent les céréales (riz, blé, maïs, millet, quinoa), les racines (manioc, igname, pomme de terre), et les féculents (banane plantain, fruit de l'arbre à pain).
- Les aliments de base ne contiennent pas à eux seuls suffisamment de nutriments. Vous devez aussi donner à votre enfant des aliments d'origine animale et d'autres aliments nutritifs. Votre enfant doit consommer des aliments variés, choisis parmi ceux-ci :
 - Aliments d'origine animale : foie, viande, poulet, poisson, oeufs
 - Produits laitiers : fromage, yaourt, préparations à base de lait (et du lait, pour les enfants qui ne sont pas allaités)
 - Légumes à gousse : pois chiche, lentilles, dolique asperge, dolique à œil noir, haricot rouge, haricot de Lima (pour les végétariens, ces aliments sont importants pour remplacer les aliments d'origine animale)
 - Légumes à feuilles vert sombre et légumes à coloration jaune : épinards, brocolis, bettes, patates douces, carottes et courges
 - Fruits : banane, orange, goyave, mangue, pêche, kiwi, papaye
 - Huiles et matières grasses : huiles végétales, beurre
 - Pâte d'arachide, pâtes de noix, noisettes, etc., graines trempées ou germées telles que les graines de sésame, de courge, de tournesol ou de melon.
- Donnez à votre enfant des aliments variés provenant des groupes ci-dessus, ainsi que les aliments de base.

Recommandations pour l'alimentation d'un nourrisson âgé de 6 mois à 1 an



- Allaiter votre bébé aussi souvent qu'il le souhaite.
- Pour commencer l'alimentation complémentaire, commencez par lui offrir de petites quantités d'autres aliments à l'âge de 6 mois (180 jours). Proposez les nouveaux aliments un par un. Attendez quelques jours pour être sûre que l'enfant tolère un nouvel aliment avant de lui en proposer un autre.
- Donnez-lui des aliments de base et des aliments d'origine animale variés ainsi que d'autres aliments nutritifs (énumérés en page 15).
- Augmenter la quantité de nourriture au fur et à mesure qu'elle grandit tout en continuant à l'allaiter régulièrement.
 - **A l'âge de 6–8 mois**, commencez par proposer 2 à 3 cuillères à soupe de bouillie épaisse ou d'aliments soigneusement écrasés en purée 2 à 3 fois par jour. Augmentez progressivement la quantité jusqu'à 1/2 tasse.* À partir de 8 mois, donnez-lui de petits morceaux à mâcher qu'elle mangera avec ses doigts. Laissez-la essayer de manger seule, mais aidez-la. Évitez les aliments avec lesquels elle pourrait s'étouffer (tels que les noisettes, cacahuètes, etc., les raisins, les carottes crues). Donnez-lui 1 à 2 collations entre les repas en fonction de son appétit.
 - **A l'âge de 9–11 mois**, proposez des aliments hachés finement ou en purée et des aliments que l'enfant peut prendre avec ses doigts, environ 1/2 tasse, lors de 3 à 4 repas par jour, plus 1 à 2 collations en fonction de son appétit.



- Nourrissez votre enfant en lui donnant sa propre assiette ou son propre bol.
- Soyez patient lorsque vous aidez votre enfant à manger. Parlez-lui avec amour, regardez-la dans les yeux et encouragez-la activement à manger, mais sans la forcer.
- Si elle ne s'intéresse plus à ce qu'elle mange, retirez tout sujet de distraction et essayez de maintenir son intérêt sur le repas.
- Après l'âge de 6 mois, les bébés peuvent avoir besoin de boire davantage même s'ils prennent les quantités de lait recommandées. Pour savoir si votre bébé a encore soif après le repas, proposez-lui un peu d'eau (que vous aurez fait bouillir puis refroidir).

* Dans les présentes recommandations, une tasse équivaut à 250 ml ou 8 onces et une cuiller à soupe a une capacité de 15 ml. Chaque pays devra utiliser les unités de mesure courantes que les mères comprendront.

Les montants suggérés supposent une valeur énergétique de 0,8-1,0 Kcal/g. Si les aliments donnés sont dilués ou d'une valeur nutritionnelle inférieure (c'est-à-dire environ 0,6 Kcal/g), les repas doivent être portés à 2/3 d'une tasse à 6-8 mois et à 3/4 d'une tasse à 9-11 mois.

Recommandations pour l'alimentation d'une enfant âgée de 1 à 2 ans

- Allaitez votre enfant aussi souvent qu'elle le souhaite jusqu'à l'âge de 2 ans ou plus.
- Continuez à lui donner 3-4 repas d'aliments nutritifs, hachés ou écrasés en purée si nécessaire, 3/4 à 1 tasse* à chaque repas. Donnez aussi 1 à 2 collations par jour entre les repas en fonction de l'appétit de votre enfant.
- À chaque repas, donnez à votre enfant un aliment de base ainsi que différents aliments nutritifs provenant des groupes énumérés en page 15.
- Donnez-lui sa propre assiette ou son propre bol de nourriture. Continuez à l'aider activement à manger.



* Les montants suggérés supposent une valeur énergétique de 0,8-1,0 Kcal/g. Si les aliments donnés sont dilués ou d'une valeur nutritionnelle inférieure, il faut donner à l'enfant une tasse complète à chaque repas.



Recommandations pour l'alimentation d'une enfant âgée de 2 à 5 ans

- Donnez la nourriture familiale lors de 3 repas chaque jour. Donnez en outre, deux fois par jour entre les repas, des collations nutritives telles que :

- Proposez des aliments variés, tels que ceux qui sont sur la page 15. Si l'enfant refuse un nouvel aliment, proposez-lui de le « goûter » plusieurs fois. Montrez-lui que vous aimez cet aliment.
- Ne la forcez pas à manger. Donnez-lui des portions réalistes en fonction de son âge, de sa taille et de son niveau d'activité. Augmentez la quantité de nourriture au fur et à mesure qu'elle grandit.



Recommandations pour la préparation des aliments en toute sécurité et l'hygiène

Veillez à avoir une bonne hygiène pour éviter les maladies :

- Lavez-vous les mains avec du savon avant de préparer la nourriture, de nourrir un bébé, et après avoir utilisé les latrines ou les toilettes.
- Obtenez de l'eau potable pour la boisson, traitez-la correctement,* stockez-la dans des récipients propres et fermés, et utilisez une écope propre pour tirer de l'eau.
- Lavez soigneusement la tasse ou le bol de votre enfant avec du savon et de l'eau potable ou faites-les bouillir.
- Evitez d'utiliser des biberons qui sont difficiles à nettoyer.
- Préparez les aliments en utilisant des ustensiles propres. Utilisez une cuiller propre pour nourrir un bébé.
- Veillez à la propreté des surfaces sur lesquelles vous préparez les aliments en utilisant de l'eau et du savon ou un détergent pour les nettoyer après chaque utilisation.
- Faites bien cuire les aliments, en particulier la viande, la volaille, les oeufs et les fruits de mer. Réchauffez aussi soigneusement les plats cuisinés, par exemple en amenant à nouveau les soupes et les ragoûts au point d'ébullition.
- Couvrez les restes de nourriture, et réfrigérez-les si cela est possible. Ne resservez pas les aliments cuisinés qui sont restés plus de 2 heures à température ambiante.
- Evitez le contact entre aliments crus et aliments cuits et conservez-les dans des récipients distincts.
- Veillez à disposer de latrines propres que pourront utiliser tous les membres de la famille en âge de le faire. Ramassez rapidement les selles d'un jeune enfant ou d'un bébé et jetez-les dans les latrines. Lavez rapidement un enfant qui vient d'aller à la selle, puis lavez vos mains comme les siennes.

* Faites bouillir l'eau à gros bouillons pendant quelques secondes. Couvrez-la et laissez-la refroidir sans y ajouter de la glace. Cette eau pourra être bue par le bébé sans risque.

Messages clés concernant les soins à tout âge

- ♥ C'est au cours des deux premières années de vie que le développement du cerveau est le plus rapide, aussi les jeunes enfants doivent-ils être stimulés en jouant avec d'autres, en se déplaçant, en écoutant des sons, et en ayant des choses à voir, toucher et explorer.
- ♥ Le fait d'instaurer une routine quotidienne concernant l'alimentation, le sommeil, l'hygiène, etc. aide l'enfant à acquérir des habitudes régulières et à se sentir en sécurité.
- ♥ Apprenez à votre enfant à communiquer en lui parlant, en l'écoutant et en jouant avec elle.
- ♥ Le jeu est le travail de l'enfant. Il lui offre de nombreuses occasions d'apprendre et d'acquérir la capacité de résoudre des problèmes. Les enfants apprennent en essayant de faire les choses et en observant et imitant les autres.
- ♥ Les beaux jouets ne sont pas indispensables au développement de l'enfant. Il est possible de fabriquer à la maison les jouets qui stimuleront son développement.
- ♥ La maladie empêche l'enfant de grandir et de se développer normalement. Pour prévenir la maladie, faites vacciner votre enfant et nourrissez-la en suivant les recommandations du *cahier de croissance*. Lorsqu'elle est malade, consultez un agent de santé.
- ♥ C'est lorsque les enfants ont des relations pleines de tendresse et stimulantes avec les personnes qui prennent soin d'eux qu'ils apprennent le plus rapidement. La mère, le père et les frères et sœurs peuvent tous contribuer au développement de l'enfant en prenant soin d'elle et en jouant avec elle.
- ♥ En protégeant les enfants de toute violence physique ou souffrance psychologique (causée par la violence, une vive colère, etc.), nous les aiderons à acquérir la confiance nécessaire pour explorer et apprendre.

Messages concernant les soins qui favorisent le développement

Age : de 0 à 4 mois

Développement psychologique

- Une enfant en bonne santé est capable de voir, d'entendre et de sentir dès sa naissance. Elle reconnaît sa mère à sa voix, à son odeur et à son visage.
- Le père de l'enfant joue un rôle important dans son développement et doit participer aux soins à lui donner.
- Elle peut apprendre beaucoup de ses frères et soeurs plus âgés, et eux grâce à elle, ils doivent donc aussi jouer avec elle et aider à prendre soin d'elle.
- En la réconfortant lorsqu'elle a du chagrin, vous l'aidez à apprendre à avoir confiance en vous et à communiquer avec vous.
- L'allaitement est un bon moment pour câliner votre enfant, créer des liens d'amour et d'affection avec elle.

Communication

- Regardez votre enfant dans les yeux et souriez-lui (par exemple quand vous lui donnez à manger). En lui parlant, son visage étant tout proche du vôtre, en répétant les sons qu'elle prononce et les gestes qu'elle fait, et en lui chantant des chansons, vous lui apprendrez à communiquer.
- Elle répondra aux caresses, aux regards, aux sourires et aux paroles de sa mère. Elle s'efforcera de communiquer ses besoins par des mouvements, des roucoulements et des pleurs.

Mouvement

- L'enfant va vite découvrir ses mains et ses pieds. En la laissant bouger ses bras et ses jambes librement, vous l'aidez à se fortifier.
- Elle commencera par essayer d'attraper des objets et de les porter à sa bouche parce qu'elle apprend par le goût et le toucher.
- Elle essaiera de soulever la tête pour regarder autour d'elle. Aidez-la en la portant, en soulevant sa tête et son dos de façon à ce qu'elle puisse voir. En la laissant rouler sur elle-même sur une surface sans danger, vous l'aidez à développer ses muscles.

Messages concernant les soins qui favorisent le développement

Age : de 4 à 6 mois

Développement psychologique

- Les enfants aiment voir les personnes et les visages, aussi les membres de la famille doivent-ils tenir et porter le bébé, sourire, rire et parler avec lui.
- L'enfant est désormais attachée à sa mère et peut se sentir mal à l'aise avec des personnes inconnues. Le fait de la laisser avec des personnes qu'elle connaît l'aidera à se sentir en sécurité.

Communication

- Elle aime former de nouveaux sons, pousser des cris aigus ou rire. Elle répondra à la voix d'une personne en formant d'autres sons, en imitant les sons qu'elle entend, et commencera à apprendre comment entrer en conversation avec une autre personne.
- Pour l'aider à parler, répétez les sons qu'elle formule, et parlez-lui de ce qu'elle ressent, de ce qu'elle voit et veut.



Mouvement

- Au fur et à mesure qu'elle découvre le monde, elle voudra toucher, goûter et explorer. Le fait de lui donner des objets de la maison qui sont sans danger, propres et colorés, qu'elle pourra toucher, frapper, lancer et porter à sa bouche, l'aidera à apprendre et à développer son habileté manuelle. Ecartez les petits objets qu'elle pourrait mettre tout entiers dans la bouche et avaler.
- Le fait de la laisser s'asseoir tout en étant soutenue et rouler sur elle-même en toute sécurité l'aidera à développer ses muscles.

Messages concernant les soins qui favorisent le développement

Age : de 6 mois à 1 an

Développement psychologique

- Il est possible que l'enfant ne veuille pas se séparer de vous. Aidez-la à accepter la séparation en lui disant gentiment quand vous devrez la laisser et en la laissant avec des personnes qu'elle connaît bien. Les jeux de coucou et de cache-cache sont des jeux bien connus grâce auxquels vous lui apprendrez que vous n'êtes pas partie pour toujours lorsqu'elle ne vous voit plus.
- Si quelqu'un se met vivement en colère, elle le remarquera et peut en être bouleversée. Evitez de l'exposer à cette angoisse, et rassurez-la si cela se produit.
- L'amour que vous lui donnez et le temps que vous lui consacrez, l'intérêt que vous manifestez pour ce qu'elle fait et l'encouragement que vous apportez à sa curiosité l'aideront à avoir confiance en elle.

Communication

- Répondez aux sons qu'elle formule et à l'intérêt qu'elle manifeste. Parlez-lui, chantez pour elle, donnez un sens à son babillage, soyez attentive et répondez lorsqu'elle essaie de vous dire quelque chose. En lui racontant ou en lui lisant des histoires, en lui nommant les choses et les gens, vous l'aidez à apprendre à parler et à communiquer.

Mouvement

- Jouer avec des objets de la maison sans danger et propres tels que des assiettes, des tasses et des cuillers non cassables, taper sur les couvercles et les casseroles, ouvrir et refermer les couvercles, empiler et trier les objets, manger avec les doigts sont des jeux qui favoriseront son habileté manuelle et ses capacités d'apprentissage.
- Lui permettre de se déplacer librement et de jouer dans un environnement sans danger l'aidera à développer ses muscles.



Messages concernant les soins qui favorisent le développement

Age : de 1 à 2 ans

Développement psychologique

- Donnez-lui la possibilité de faire les choses par elle-même, et réjouissez-vous de ce qu'elle fait pour l'aider à développer son estime de soi.
- Elle peut être fâchée et frustrée lorsqu'elle n'obtient pas tout ce qu'elle souhaite. Parlez-lui de ce qu'elle ressent. Elle apprendra plus vite les règles à respecter si elles ne sont pas trop nombreuses et si elles sont claires et cohérentes.
- Il se peut qu'elle veuille faire tout toute seule et semble têtue. Elle peut vouloir rester un nourrisson mais aussi « être grande » en même temps. En comprenant cette phase de son développement, en la prenant dans vos bras lorsqu'elle veut être un bébé, et en lui accordant une certaine indépendance lorsqu'elle veut être grande, vous l'aidez.

Communication

- Cet âge est important pour qu'elle apprenne à parler et comprendre les mots. Encouragez son apprentissage en la regardant et en mettant des mots sur ce qu'elle fait. Tirez parti de chaque occasion de parler avec elle (par exemple lorsque vous la nourrissez, la baignez ou travaillez à côté d'elle).
- Posez-lui des questions simples et répondez à ses tentatives de parler. Encouragez-la à répéter les mots. Le fait d'être attentive lorsqu'elle utilise des gestes ou des mots la fera redoubler d'efforts pour parler. Les jeux d'imagination, les livres, les chansons, les comptines et les histoires, et les jeux auxquels elle jouera avec d'autres lui permettront de s'épanouir.

Mouvement

- Elle commencera à utiliser une main plus fréquemment que l'autre et avec plus d'habileté. Laissez-la utiliser la main que son cerveau aura choisie. Elle peut exercer son habileté manuelle lorsqu'elle mange et s'habille seule, dessine, gribouille, joue avec l'eau, joue avec des choses qu'elle peut empiler ou assembler, mettre dans des récipients ou sortir de ceux-ci.
- Emmenez-la à l'extérieur pour qu'elle puisse courir, sauter, grimper, et se fortifier.



Messages concernant les soins qui favorisent le développement

Age : 2 ans et plus

Développement psychologique

- Par l'amour que vous lui donnez et le temps que vous lui consacrez, l'intérêt que vous manifestez pour ce qu'elle fait, en étant convaincue qu'elle réussira et en encourageant sa curiosité, vous l'aidez à avoir confiance en elle et à vouloir apprendre.
- A cet âge, elle peut comprendre ce qui est bien et mal. Elle peut apprendre comment les gens doivent se comporter par l'intermédiaire d'histoires, de chansons et de jeux. Elle apprendra plus facilement si vous lui dites d'abord ce qui est bien, et vous devrez la corriger avec douceur pour qu'elle n'ait pas honte.
- Cuisiner et faire les courses ensemble, ranger des vêtements et faire d'autres tâches ménagères sont des activités qui développeront sa confiance en elle et favoriseront son apprentissage.

Communication

- Ecoutez ce qu'elle vous dit, encouragez-la à poser des questions, et essayez d'y répondre. Laissez-la parler des expériences qu'elle a faites ou de ce qu'elle veut vous dire. Encouragez-la à raconter des histoires. Apprenez-lui à nommer les choses, à compter et à comparer et à assortir les tailles, les formes et les couleurs des choses qui l'entourent.

Mouvement

- Dessiner, écrire, colorier, empiler, trier et aider à préparer la nourriture sont des activités qui développeront son habileté manuelle.
- Le fait de jouer dehors et avec d'autres enfants lui permettra d'enrichir son développement sous toutes ses formes.
- Encouragez ses jeux et son activité physique. Donnez-lui des occasions de marcher, sauter, jouer au ballon et gambader.



Diagrammes de croissance pour les filles



Comprendre les diagrammes de croissance

Une croissance normale peut varier de manière importante d'un enfant à l'autre. Le fait de reporter au fil du temps les mesures d'un enfant sur les diagrammes de croissance permet de voir si un enfant grandit normalement ou pas.

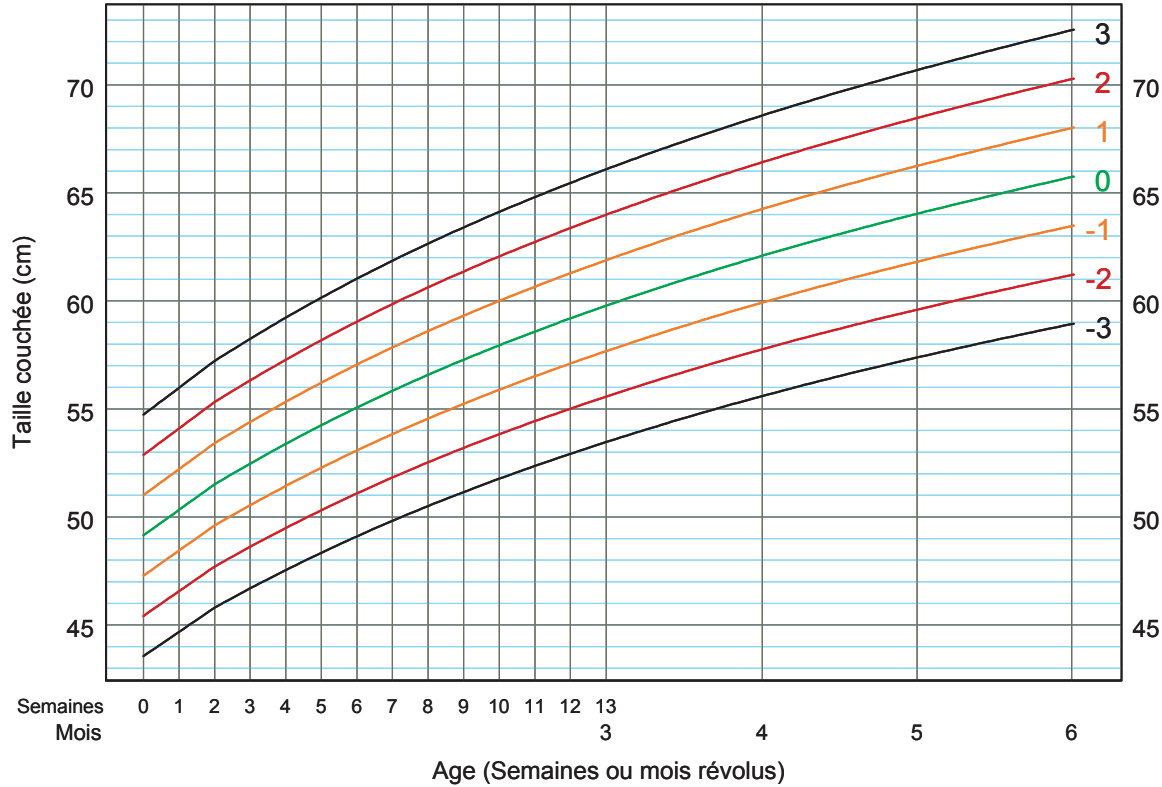
Un agent de santé pèse et mesure votre enfant et enregistre les résultats de ces mesures. Ils sont ensuite reportés sous forme de points sur les diagrammes. Les mesures prises lors de visites ultérieures sont aussi reportées, et les points sont reliés par une ligne. Cette ligne constitue la courbe (ou tendance) de croissance de votre enfant.

Interpréter les courbes de croissance

- La courbe appelée « 0 » sur le diagramme de croissance est la médiane, qui correspond d'une manière générale à la moyenne. Les autres courbes, appelées courbes de valeur du z, indiquent la distance par rapport à la moyenne. Un point ou une courbe qui est loin de la moyenne, par exemple proche de la courbe 3 ou -3, dénote un problème de croissance.
- La courbe de croissance d'un enfant grandissant normalement suivra habituellement un tracé à peu près parallèle à la médiane. Le tracé peut être au-dessus ou au-dessous de la médiane.
- Tout changement brusque dans la tendance (la courbe de l'enfant s'infléchit vers le haut ou vers le bas par rapport à son tracé habituel) doit faire l'objet d'une recherche afin d'en déterminer la cause et de remédier à tout problème éventuel.
- Une courbe plate indique que l'enfant ne grandit pas. On parle de stagnation et il faudra peut-être aussi en rechercher les causes.
- Une courbe de croissance qui coupe une courbe de valeur du z peut indiquer un risque. Un agent de santé peut interpréter ce risque en fonction de là où commence (par rapport à la médiane) le changement dans la tendance et du rythme du changement.

Taille couchée-pour-l'âge FILLES

De la naissance à 6 mois (valeurs du z)



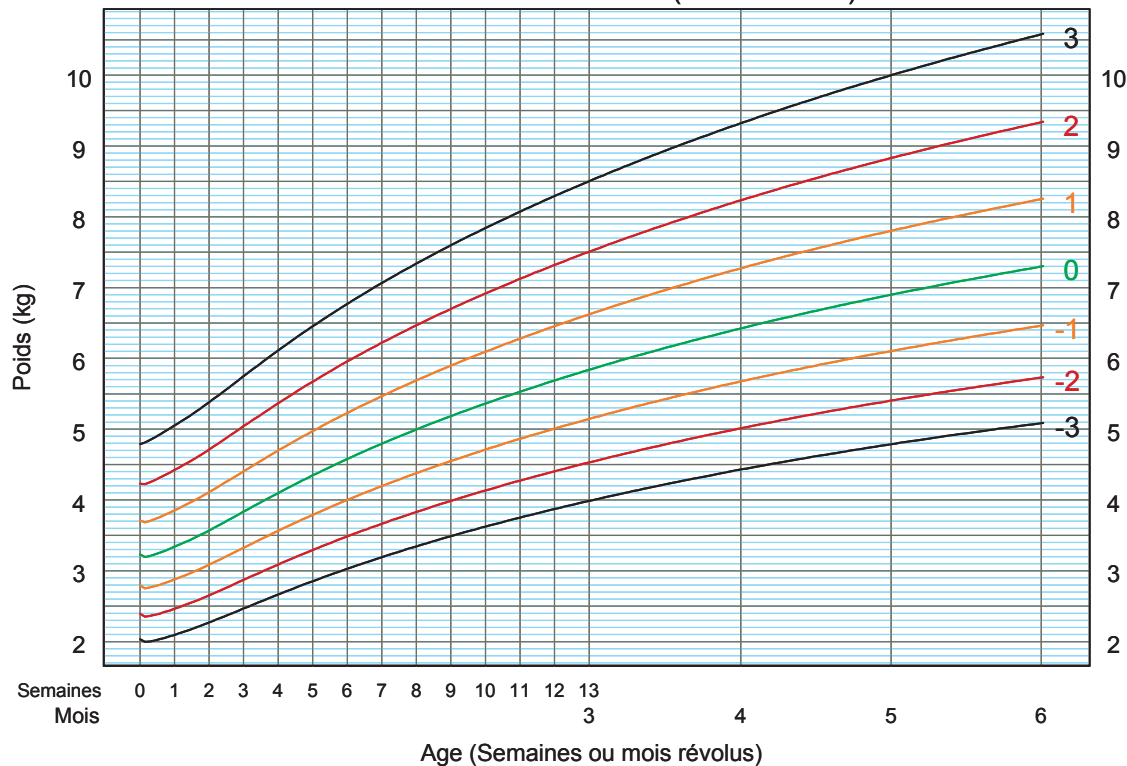
Ce diagramme de la **taille couchée-pour-l'âge** indique la taille couchée atteinte en fonction de l'âge par comparaison à la médiane (ligne 0)

- Un enfant dont la taille couchée-pour-l'âge est au-dessous de la courbe -2 a un **retard de croissance**.
- Au-dessous de -3, il souffre d'un **important retard de croissance**.

De la naissance à 6 mois

Poids-pour-l'âge FILLES

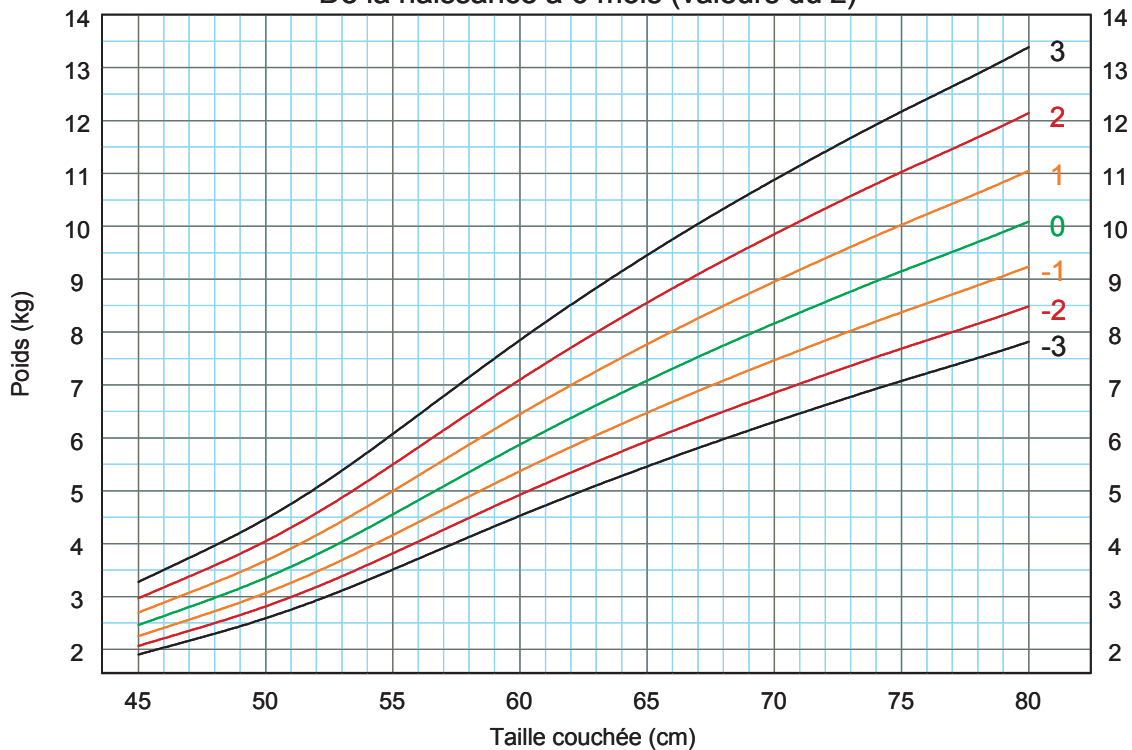
De la naissance à 6 mois (valeurs du z)



Ce diagramme du **poids-pour-l'âge** indique le poids corporel rapporté à l'âge par comparaison à la médiane (courbe 0).

- Un enfant dont le poids-pour-l'âge est au-dessous de la courbe -2 a un **poids insuffisant**.
- Au-dessous de -3, son **poids est gravement insuffisant**. Il est possible que l'on observe **des signes cliniques de marasme ou de kwashiorkor**.

Poids-pour-la taille couchée FILLES De la naissance à 6 mois (valeurs du z)



Ce diagramme du poids-pour-la taille couché indique le poids corporel rapporté à la taille couché par comparaison à la médiane (courbe 0).

- Un enfant dont le poids-pour-la taille couché est au-dessus de la courbe 3 est **obèse**.
- Au-dessus de 2, il est en **surpoids**.
- Au-dessus de 1, il court un **risque de surpoids**.
- Au-dessous de la courbe -2, il est **émacié**.
- Au-dessous de -3, il est **gravement émacié**.
Transférer en urgence pour des soins spécialisés.

De la naissance à 6 mois

