



Les produits de soin et la peau du jeune enfant

La peau du jeune enfant est particulièrement fragile et sensible. Comprendre ses spécificités et choisir les bons produits de soin permet de garantir son bien-être et de prévenir les irritations ou les problèmes cutanés.

1. LA PEAU DU JEUNE ENFANT : SES SPECIFICITES

La peau des bébés et des jeunes enfants est très différente de celle des adultes. Ces particularités la rendent plus vulnérable et nécessitent une attention particulière :

Plus fine et perméable : L'épiderme (couche superficielle de la peau) est plus fin, ce qui la rend plus perméable aux substances extérieures. Les produits appliqués pénètrent plus facilement et peuvent avoir un impact plus important.

Barrière cutanée immature : Le film hydrolipidique, qui protège la peau et maintient son hydratation, est moins développé. La peau est donc moins bien protégée contre les agressions extérieures (froid, vent, pollution, irritants) et se déshydrate plus vite.

Moins de glandes sébacées et sudoripares : La production de sébum (graisse protectrice) et de sueur est moins importante. Cela affecte la régulation thermique et la protection naturelle de la peau.

pH neutre ou légèrement acide : Le pH de la peau du nouveau-né est plus neutre, puis devient légèrement acide. Un pH déséquilibré peut favoriser les irritations.

Sensibilité accrue : La peau réagit plus facilement aux frottements, à l'humidité (notamment dans la zone du siège), et à certains composants chimiques.

2. LES PRODUITS DE SOIN : CRITERES DE CHOIX ET UTILISATION

Le choix des produits de soin doit être rigoureux pour respecter la fragilité de la peau de l'enfant.

Critères de Choix :

Hypoallergéniques : Formulés pour minimiser les risques d'allergies.

Sans parfum : Les parfums sont des allergènes potentiels et peuvent irriter les peaux sensibles.

Sans alcool : L'alcool assèche et irrite la peau.

Sans paraben, phtalates, phénoxyéthanol : Substances controversées à éviter. *(Voir plus bas)*

pH physiologique : Respectant le pH naturel de la peau de l'enfant.

Formulations spécifiques "bébé" ou "enfant" : Ces produits sont conçus pour les peaux immatures et testés sous contrôle pédiatrique et dermatologique.

Privilégier le naturel et le minimaliste : Moins il y a d'ingrédients, moins il y a de risques d'allergie ou d'irritation. Les huiles végétales pures (amande douce, calendula) peuvent être de bonnes options pour le massage ou l'hydratation.

Utilisation des Produits par soins :

Nettoyage :

Utiliser des produits doux, sans savon (syndets ou pains dermatologiques).
Préférer l'eau et le coton pour le change, ou des lingettes sans alcool ni parfum pour les déplacements.
Sécher soigneusement la peau, surtout les plis, pour éviter la macération.

Hydratation :

Appliquer une crème hydratante spécifique bébé après le bain, surtout si la peau est sèche.
Masser doucement pour faire pénétrer le produit et renforcer le lien.

Protection du siège :

Changer régulièrement la couche pour éviter l'humidité.
Appliquer une crème de change protectrice (à base d'oxyde de zinc par exemple) en fine couche à chaque change pour prévenir l'érythème fessier.

Protection solaire :

Avant 1 an, éviter l'exposition directe au soleil.
Après 1 an, utiliser une crème solaire indice 50+ spécifique enfant, renouveler fréquemment.

Bain :

Bains courts (5-10 minutes) et tièdes (37°C).
Utiliser des produits lavants doux, sans savon.
Ne pas laver l'enfant tous les jours si sa peau est très sèche.

3. LE RÔLE DU PROFESSIONNEL

Observer attentivement : Repérer tout signe d'irritation, de rougeur, de sécheresse ou d'éruption cutanée.

Appliquer les soins adaptés : Réaliser les changes et les toilettes avec douceur et efficacité, en utilisant les produits appropriés.

Informers les parents : Partager vos observations et conseils sur les produits et les routines de soin.

Respecter les protocoles d'hygiène : Assurer la propreté du matériel et de l'environnement pour prévenir les infections cutanées.

Adapter les pratiques : Tenir compte des spécificités de chaque enfant (peau atopique, allergies connues...) et des recommandations médicales.



Critères de Choix

- **Hypoallergéniques**
- **Sans parfum, sans alcool**
- **Sans paraben, phtalates, phénoxyéthanol**
- **pH physiologique**
- Formulations spécifiques "bébé"
- Privilégier le **naturel et minimaliste**



Utilisation des Produits

- **Nettoyage doux** (sans savon, eau/coton)
- **Séchage soigneux** (surtout les plis)
- **Hydratation** (crème spécifique après bain)
- **Protection du siège** (change fréquent, crème)
- **Protection solaire** (éviter avant 1 an, SPF 50+ après)
- **Bains courts et tièdes**

4. CONNAITRE ET RESPECTER LE PH DE LA PEAU DE BEBE

Le **pH** (potentiel hydrogène) est une mesure de l'acidité ou de l'alcalinité d'une substance, sur une échelle de 0 (très acide) à 14 (très alcalin), avec 7 comme point neutre.

1. Comment connaître le pH de la peau de bébé ?

En pratique, vous n'avez **pas besoin de mesurer le pH** de la peau de bébé au quotidien. C'est une mesure qui est généralement effectuée en laboratoire ou par des professionnels de santé avec des outils spécifiques si un problème cutané particulier est suspecté.

Le **pH naturel de la peau de bébé** :

- À la **naissance**, le pH de la peau du nouveau-né est plus neutre, autour de 6,5 à 7,5.
- Pendant le **premier mois**, il évolue rapidement pour devenir **légèrement acide**, se rapprochant du pH de la peau adulte, soit entre **4 et 5,5**. Cette acidité forme le "manteau acide" protecteur de la peau.

2. Comment faire pour le respecter ?

Le respect du pH de la peau de bébé passe avant tout par le **choix des produits de soin** et les **bonnes pratiques d'hygiène**.

- **Choisir des produits adaptés :**
 - Privilégiez les produits spécifiquement formulés pour bébés, souvent étiquetés "pH physiologique", "pH neutre pour la peau de bébé" ou "pH 5.5".
 - Évitez les **savons classiques** (souvent alcalins, avec un pH élevé) qui peuvent altérer le manteau acide protecteur de la peau de bébé. Optez pour des savons sans savon ou des pains dermatologiques doux.
 - Fuyez les produits contenant des parfums, de l'alcool, des parabènes, des phtalates ou du phénoxyéthanol, qui sont des irritants potentiels.
- **Bonnes pratiques d'hygiène**

Bains courts et tièdes : Limitez la durée du bain (5-10 minutes) et la température de l'eau (autour de 37°C) pour ne pas dessécher la peau.

Nettoyage doux : Utilisez des produits lavants doux et rincez bien. Pour le change, privilégiez l'eau et le coton, ou des lingettes sans alcool ni parfum.

Séchage minutieux : Séchez toujours la peau en tamponnant délicatement, surtout dans les plis, pour éviter la macération qui peut déséquilibrer le pH.

Hydratation régulière : Appliquez une crème hydratante spécifique bébé après le bain pour renforcer la barrière cutanée.

Protection du siège : Changez les couches fréquemment pour limiter le contact avec l'urine et les selles (qui ont un pH élevé et peuvent irriter la peau). Utilisez une crème de change protectrice si nécessaire.

5. SUBSTANCES CONTROVERSEES A EVITER DANS LES PRODUITS POUR LES JEUNES ENFANTS

Parfums et Fragrances

Souvent responsables d'allergies et d'irritations cutanées.

Peuvent contenir des phtalates, suspectés d'être des perturbateurs endocriniens.

Le nez du bébé est en plein développement, les odeurs fortes peuvent le perturber.

Alcool

Assèche et irrite la peau fragile de l'enfant.

Conservateurs controversés

Parabènes : Largement utilisés, mais suspectés d'être des perturbateurs endocriniens.

Phénoxyéthanol : Peut provoquer de l'eczéma et des urticaires, et est suspecté d'être toxique pour le sang et le foie à certaines concentrations, notamment chez les jeunes enfants.

Méthylisothiazolinone (MIT) et Méthylchloroisothiazolinone (MCIT) : Conservateurs très allergisants, surtout dans les produits sans rinçage comme les lingettes.

Formaldéhyde (et ses libérateurs) : Peut être irritant et est classé comme cancérigène. On le retrouve sous des noms comme Quaternium-15, DMDM Hydantoin, Imidazolidinyl Urea, Diazolidinyl Urea, Bronopol.

Sulfates (ex: Sodium Lauryl Sulfate - SLS, Sodium Laureth Sulfate - SLES) :

Agents moussants puissants qui peuvent être irritants et desséchants pour la peau sensible.

Phtalates

Souvent utilisés comme plastifiants ou dans les parfums. Suspectés d'être des perturbateurs endocriniens et de nuire au développement.

Colorants artificiels

N'ont aucune utilité pour la peau et peuvent être une source d'irritation ou d'allergie.

Huiles essentielles

Bien que naturelles, elles sont très concentrées et peuvent être allergisantes ou toxiques pour les jeunes enfants, surtout avant 3 ans. Leur utilisation doit être très encadrée et souvent évitée.

Talc

Peut irriter les voies respiratoires s'il est inhalé et est parfois suspecté de contenir de l'amiante (bien que le talc cosmétique soit normalement purifié).

Recommandations Générales pour éviter ces substances :

- **Lire attentivement la liste des ingrédients (INCI)** : Même si la mention "spécial bébé" est présente, vérifiez la composition.
- **Privilégier les formulations minimalistes** : Moins il y a d'ingrédients, moins il y a de risques.
- **Choisir des produits certifiés biologiques ou avec des labels de confiance** : Ces labels garantissent souvent l'absence de nombreuses substances controversées.
- **Opter pour des produits sans parfum, sans alcool et hypoallergéniques.**



Votre vigilance et vos pratiques sont essentielles pour la santé cutanée des jeunes enfants.

Pro !

- ****Observer attentivement**** les signes d'irritation.
- ****Appliquer les soins adaptés**** avec douceur.
- ****informer les parents**** sur les pratiques de soin.
 - ****Respecter les protocoles d'hygiène****.
- ****Adapter les pratiques**** aux spécificités de chaque enfant.