



Santé
Canada Health
Canada

*Votre santé et votre
sécurité... notre priorité.*

*Your health and
safety... our priority.*

Votre enfant est-il en sécurité?

À l'heure du coucher



Canada 

Santé Canada est le ministère fédéral qui aide les Canadiennes et les Canadiens à maintenir et à améliorer leur état de santé. Nous évaluons l'innocuité des médicaments et de nombreux produits de consommation, aidons à améliorer la salubrité des aliments et offrons de l'information aux Canadiennes et aux Canadiens afin de les aider à prendre de saines décisions. Nous offrons des services de santé aux peuples des Premières nations et aux communautés inuites. Nous travaillons de pair avec les provinces pour nous assurer que notre système de santé répond aux besoins de la population canadienne.

Publication autorisée par la ministre de la Santé.

Votre enfant est-il en sécurité - à l'heure du coucher
est disponible sur Internet à l'adresse suivante : www.sante.gc.ca/spc

Also available in English under the title:
Is Your Child Safe? Sleep Time

La présente publication est disponible sur demande sous d'autres formes.

Pour obtenir plus de renseignements ou des copies supplémentaires, veuillez communiquer avec :
Publications

Santé Canada
Ottawa (Ontario) K1A 0K9
Tél. : 613-954-5995
Télééc. : 613-941-5366
Courriel : publications@hc-sc.gc.ca

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2012

La présente publication peut être reproduite sans autorisation dans la mesure où l'utilisation qu'on en fait respecte les limites de l'utilisation équitable définie dans la *Loi sur le droit d'auteur* et qu'elle est faite uniquement aux fins d'étude privée, de recherche, de critique, de compte rendu ou de préparation d'un résumé destiné aux journaux. La source doit être indiquée en entier. Toutefois, la reproduction de cette publication, en tout ou en partie, à des fins commerciales ou de redistribution est interdite sans l'autorisation écrite préalable du ministre de Travaux publics et Services gouvernementaux Canada, Ottawa (Ontario) K1A 0S5 ou copyright.droitdauteur@pwgsc.gc.ca.

SC Pub. : 120078
Cat. : H129-11/2016F (Print) // H129-11/2016F-PDF
ISBN : 978-0-660-06741-4 (Print) // 978-0-660-06740-7 (PDF)

Introduction

Vous ne laisserez probablement jamais votre bébé ou votre jeune enfant sans surveillance sauf lorsqu'il dort. L'important est de s'assurer que les enfants dorment dans un endroit sécuritaire. Pour cela, les parents et les fournisseurs de soins doivent être informés des pratiques de sommeil sécuritaires. Santé Canada a produit ce guide pour vous fournir de l'information pour garder votre enfant en sécurité pendant son sommeil.

La *Loi canadienne sur la sécurité des produits de consommation (LCSPC)*, qui est entrée en vigueur le 20 juin 2011 et dont l'application incombe à Santé Canada, vise à protéger la population en abordant et en prévenant les dangers pour la santé et la sécurité humaines liés aux produits de consommation au Canada. La Loi et ses règlements d'application définissent les exigences en matière de sécurité applicables aux produits de consommation, dont un certain nombre sont couverts dans ce guide.

La *LCSPC* et ses règlements d'application n'établissent pas de distinction entre les produits neufs et les produits usagés. Quiconque vend, distribue ou donne des produits non conformes aux prescriptions législatives enfreint la *LCSPC* et peut faire l'objet de mesures de conformité et d'exécution.

Table des matières

Introduction	i
Conseils généraux pour un sommeil sécuritaire	1
Endroits sécuritaires où coucher un enfant	3
Partage de la chambre	3
Berceaux	4
Moïses	5
Lits d'enfant	7
Autres endroits où un bébé peut s'endormir	9
Partage du lit	9
Lits d'enfant de type « cododo »	10
Hamacs	11
Parcs pour enfants	12
Autres produits (porte-bébés, sauteuses, sièges d'auto, porte bébés en bandoulière, poussettes et balançoires)	13
Accessoires de couchage non sécuritaires pour les bébés	14
Bordures de protection	14
Coussins de positionnement	14
Autres accessoires	15
Sucettes	15
Vêtements de nuit	16
Jouets	17
Produits pour le sommeil des tout-petits et des enfants d'âge scolaire	18
Garde-corps amovibles pour les lits	18
Lits pour tout-petits	19
Lits superposés	20
Ressources	21
Rappels	21
Rapport d'incident	21
Contacts	21
Ressources additionnelles	22
Sécurité des produits de consommation, Santé Canada	23

CONSEILS GÉNÉRAUX POUR UN SOMMEIL SÉCURITAIRE

Pour dormir en sécurité, l'enfant doit être couché **sur le dos, dans un lit d'enfant, un berceau ou un moïse**. Durant les six premiers mois de la vie du bébé, Santé Canada recommande de **placer son lit dans votre chambre**.

Les bébés et les jeunes enfants ne devraient jamais être couchés sur un lit ordinaire, un lit d'eau, un matelas pneumatique, un sofa, un futon ou un fauteuil. Les bébés qui dorment sur ce genre de surfaces courent un risque de suffocation.

Des blessures et des décès découlant de l'utilisation inadéquate de nombreux produits mentionnés dans le présent guide ont été signalés à Santé Canada. Suivez les conseils de sécurité donnés afin de réduire le risque de blessures et de décès attribuable à l'utilisation de ces produits.

- Couchez toujours votre bébé sur le dos, que ce soit pour la nuit ou pour la sieste.
- Le lit de votre bébé devrait être **exempt d'objets**, à l'exception du matelas et d'un drap housse.
- Évitez les articles de literie mal ajustés et les objets mous dans le lit de bébé, car ce dernier risque de suffoquer. Voici quelques exemples de produits à éviter :
 - douillettes, couvertures épaisses et courtepintes
 - oreillers pour enfants ou adultes
 - rembourrage en mousse
 - jouets en peluche
 - bordures de protection
 - coussins de positionnement
- Les couvertures peuvent présenter un risque de suffocation si la tête du bébé est recouverte pendant qu'il dort. Envisagez plutôt d'utiliser un vêtement de nuit léger, comme une grenouillère. Si une couverture est requise, privilégiez les tissus minces, légers et qui respirent.
- L'excès de chaleur est un facteur de risque du syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN). Si la température de la chambre vous convient, elle convient aussi à votre bébé.

- Faites de votre maison un environnement entièrement sans fumée. La fumée de cigarette est nuisible pour les bébés et augmente le risque de SMSN. Ne laissez personne fumer en présence de votre bébé.
- Il est dangereux de laisser dormir un bébé pendant de longues périodes dans des produits comme une poussette, un siège d'auto, une balançoire, une sauteuse, un porte-bébé en bandoulière ou tout autre type de porte-bébé, dans lesquels il est en position assise ou semi couchée. Couchez votre bébé dans un lit d'enfant, un berceau ou un moïse pour la sieste ou pour la nuit. Si vous êtes en déplacement, faites-le dès votre arrivée à destination.
- Les cordons de stores, de toiles ou de rideaux présentent un risque d'étranglement. Attachez-les hors de la portée de l'enfant ou installez un dispositif de tension pour cordons en boucle. Que le store soit monté ou descendu, il ne faut pas qu'un enfant puisse atteindre les cordons.
- Placez le lit de façon à ce que les articles présentant un danger comme les fenêtres, portes fenêtres, lampes, chandelles, prises de courant, moniteurs pour bébé munis de cordes, rallonges électriques et petits objets soient hors de portée de l'enfant.
- Sachez que tout le monde ne prend pas les mêmes précautions que vous pour créer un environnement sécuritaire. Lorsque vous êtes chez des amis ou des proches, gardez l'œil ouvert pour déceler des risques potentiels et surveillez vos enfants de près.
- Vérifiez régulièrement si des jouets, des vêtements, des meubles ou des articles pour enfants ont été retirés du marché en communiquant avec le fabricant ou en consultant le site Internet de Santé Canada sur les rappels de produits de consommation à l'adresse suivante : www.healthycanadians.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-fra.php.

ENDROITS SÉCURITAIRES OÙ COUCHER UN ENFANT

Partage de la chambre

Durant les six premiers mois de la vie du bébé, Santé Canada et l'Agence de la santé publique du Canada **recommandent de partager une chambre avec le bébé**. Il s'agit de coucher le bébé dans un lit d'enfant, un berceau ou un moisé placé à proximité de l'endroit où vous dormez. Les recherches révèlent qu'il est préférable de partager une chambre avec le bébé, étant donné qu'une telle pratique peut contribuer à réduire le risque de syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN).

Rappelez-vous que le partage de la chambre ne suffit toutefois pas à assurer un environnement de sommeil sécuritaire pour votre bébé. Il est recommandé de suivre tous les conseils de sécurité pertinents, y compris les conseils généraux présentés dans la section précédente, en particulier les suivants :

- Couchez toujours votre bébé sur le dos, que ce soit la nuit ou pour la sieste.
- Évitez d'utiliser des lits d'enfant de type « cododo » dont les côtés sont abaissés.
- Les cordons de stores, de toiles ou de rideaux présentent un risque d'étranglement. Fixez les cordons à bonne hauteur, hors de la portée de l'enfant, ou installez un dispositif de tension pour cordons en boucle. Que le store soit monté ou descendu, il ne faut pas qu'un enfant puisse atteindre les cordons.
- Placez le lit de façon à ce que les articles présentant un danger comme les fenêtres, portes fenêtres, lampes, chandelles, prises de courant, moniteurs pour bébé munis de cordes, rallonges électriques et petits objets soient hors de portée de l'enfant.

Berceaux

Un berceau conforme aux normes canadiennes actuelles en matière de sécurité constitue un endroit approprié où coucher votre bébé jusqu'à ce qu'il ou elle atteigne le poids maximal recommandé par le fabricant OU jusqu'à ce qu'il ou elle soit capable de se mettre à quatre pattes, selon la première de ces conditions à se présenter. Il est alors recommandé de coucher votre enfant dans un lit d'enfant.

- Respectez toujours les instructions du fabricant pour l'assemblage et l'utilisation. Utilisez uniquement les pièces fournies par le fabricant. Le berceau ne devrait être modifié d'aucune façon.
- Vérifiez fréquemment pour vous assurer que toutes les pièces sont bien fixées et non endommagées.

- Évitez d'utiliser un berceau ayant des découpages décoratifs, dont les poteaux d'angle dépassent de plus de 3 mm (1/8 po) le côté le plus élevé ou dont l'espace entre les barreaux excède 6 cm (2 3/8 po).
- Assurez-vous que le berceau ne contient aucune petite pièce susceptible de présenter un risque de suffocation et que les rebords ne sont pas coupants.
- Assurez-vous que le matelas est ferme. Un creux peut se créer si le matelas utilisé est trop mou ou usé par endroits et un bébé pourrait suffoquer s'il est incapable de se dégager la tête.
 - Le matelas doit avoir au plus 3,8 cm (1 1/2 po) d'épaisseur.
 - Il ne doit pas y avoir plus de 3 cm (1 3/16 po) d'espace entre le matelas et les côtés du berceau. Poussez fermement le matelas contre le côté du berceau pour prendre la mesure.



- Évitez les articles de literie mal ajustés et les objets mous dans le berceau. Les articles suivants sont notamment à éviter : douillettes, courtpointes, couvertures épaisses, oreillers pour enfants ou adultes, rembourrage en mousse, jouets en peluche et coussins de positionnement.
- Utilisez un drap-housse conçu spécialement pour un matelas de berceau de la taille appropriée.
- Placez le berceau de façon à ce que les articles présentant un danger comme les fenêtres, portes fenêtres, lampes, chandeliers, prises de courant, moniteurs pour bébé munis de cordes, rallonges électriques et petits objets soient hors de portée de l'enfant.

Moïse

Un moïse conforme aux normes canadiennes actuelles en matière de sécurité constitue un endroit approprié où coucher votre bébé jusqu'à ce qu'il ou elle atteigne le poids maximal recommandé par le fabricant OU qu'il ou elle soit capable de se retourner, selon la première de ces conditions à se présenter. Il est alors recommandé de coucher votre enfant dans un berceau ou un lit d'enfant.

- Respectez toujours les instructions du fabricant pour l'assemblage et l'utilisation. Utilisez uniquement les pièces fournies par le fabricant. Le moïse ne devrait être modifié d'aucune façon.
- Vérifiez fréquemment pour vous assurer que toutes les pièces sont bien fixées et non endommagées.

- Assurez-vous que le moïse ne contient aucune petite pièce susceptible de présenter un risque de suffocation et que les rebords ne sont pas coupants.



- Assurez-vous que le matelas est ferme. Un creux peut se créer si le matelas utilisé est trop mou ou usé par endroits et un bébé pourrait suffoquer s'il est incapable de se dégager la tête.
 - Le matelas doit avoir au plus 3,8 cm (1 1/2 po) d'épaisseur.
 - Il ne doit pas y avoir plus de 3 cm (1 3/16 po) d'espace entre le matelas et les côtés du moïse. Poussez fermement le matelas contre l'un des côtés du moïse pour prendre la mesure.
- Si le moïse est recouvert d'un tissu amovible, vérifiez fréquemment le tissu pour vous assurer qu'il est bien attaché au cadre.
- Évitez les articles de literie mal ajustés et les objets mous dans le moïse. Les articles suivants sont notamment à éviter : douillettes, courtepoinies, couvertures épaisses, oreillers pour enfants ou adultes, rembourrage en mousse, jouets en peluche, bordures de protection et coussins de positionnement.
- N'étendez pas de couverture sur le moïse pour empêcher la lumière de pénétrer. La circulation de l'air pourrait être limitée ou la couverture pourrait recouvrir le visage du bébé et celui-ci pourrait suffoquer.
- Utilisez un drap-housse conçu spécialement pour un matelas de moïse de la taille approprié.
- Placez le moïse de façon à ce que les articles présentant un danger comme les fenêtres, portes fenêtres, lampes, chandelles, prises de courant, moniteurs pour bébé munis de cordes, rallonges électriques et petits objets soient hors de portée de l'enfant.

Lits d'enfant

Pour le bébé, l'endroit le plus sécuritaire pour dormir est un lit d'enfant dans lequel il dort seul et qui respecte les exigences canadiennes en matière de sécurité actuellement en vigueur. Il peut être utilisé jusqu'à ce que votre enfant mesure plus de 90 cm ou jusqu'à ce qu'il ou elle soit en mesure de grimper hors du lit, selon la première de ces conditions à se présenter. Il est alors recommandé de coucher votre enfant dans un lit pour tout-petit ou un lit de format ordinaire.

- N'utilisez pas un lit d'enfant dont la date de fabrication est antérieure à septembre 1986. Ces lits ne satisfont pas aux exigences de sécurité actuelles. De plus, les lits de plus de dix ans risquent davantage d'avoir des pièces brisées, usées, lâches ou manquantes et ne sont souvent pas accompagnés des mises en garde ou instructions nécessaires.

- Respectez toujours les instructions du fabricant pour l'assemblage et l'utilisation. Utilisez uniquement les pièces fournies par le fabricant. Le lit d'enfant ne devrait être modifié d'aucune façon.
- Vérifiez fréquemment pour vous assurer que toutes les pièces sont bien fixées et non endommagées.
- Évitez d'utiliser un lit d'enfant ayant des découpages décoratifs, dont les poteaux d'angle dépassent de plus de 3 mm (1/8 po) le côté le plus élevé (à moins d'avoir une hauteur totale de plus de 406 mm [16 po]), ou dont l'espace entre les barreaux excède 6 cm (2 3/8 po).



- Assurez-vous que le matelas est ferme. Un creux peut se créer si le matelas utilisé est trop mou ou usé par endroits et un bébé pourrait suffoquer s'il est incapable de se dégager la tête.
 - Le matelas doit avoir au plus 15 cm (6 po) d'épaisseur.
 - Il ne doit pas y avoir plus de 3 cm (1 3/16 po) d'espace entre le matelas et les côtés du lit. Poussez fermement le matelas contre l'un des côtés du lit pour prendre la mesure.
- Vérifiez régulièrement que le support du matelas est sécuritaire en secouant le lit d'un côté à l'autre, en frappant sur le dessus du matelas et en poussant fermement vers le haut sous le support du matelas. Le système de support du matelas devrait maintenir celui-ci bien en place.
- Depuis le 29 décembre 2016, la vente, l'importation, la fabrication ou l'annonce de lits d'enfants traditionnels à côté abaissable est interdite.
- Évitez les articles de literie mal ajustés et les objets mous dans le lit d'enfant. Les articles suivants sont notamment à éviter : douillettes, courtépentes, couvertures épaisses, oreillers pour enfants ou adultes, rembourrage en mousse, jouets en peluche, bordures de protection et coussins de positionnement.
- Utilisez un drap-housse conçu spécialement pour un matelas de lit d'enfant de la taille appropriée.
- Retirez les mobiles et autres jouets suspendus dès que votre enfant commence à se mettre à quatre pattes.
- Baissez le support du matelas au niveau le plus bas dès que votre enfant peut se mettre à quatre pattes.

Il ne faut jamais attacher un bébé dans un lit d'enfant ni le laisser avec un collier, une bande élastique, un foulard ou une sucette attachée à une longue corde, avec lesquels il pourrait s'étranger.

AUTRES ENDROITS OÙ UN BÉBÉ PEUT S'ENDORMIR

Partage du lit

Il est question de partage du lit lorsqu'un adulte ou un autre enfant dort sur la même surface qu'un bébé, notamment un lit, un sofa, une chaise, un futon ou un fauteuil. Santé Canada **ne recommande pas** le partage du lit.

Le partage du lit n'est pas sécuritaire en raison des dangers potentiels suivants :

- Un bébé peut suffoquer :
 - s'il se retrouve coincé entre des objets, comme la surface de sommeil, le corps d'un adulte ou d'un autre enfant, le mur et d'autres objets;
 - si l'adulte ou l'autre enfant se retourne sur le bébé;
 - s'il y a des articles de literie mous, comme des oreillers ou des douillettes, dans le lit.
- Un bébé qui dort sur une surface élevée risque de tomber et de se blesser gravement.

Certains croient que le partage du lit réduit le risque du syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN), mais rien ne porte à croire que ce soit le cas. En fait, les recherches révèlent que le risque de SMSN est plus élevé lorsque le bébé partage le lit d'un fumeur ou d'une personne qui est très fatiguée ou sous l'influence de drogues ou d'alcool. Pour obtenir de plus amples renseignements sur le SMSN, communiquez avec l'Agence de la santé publique du Canada (voir la section *Ressources additionnelles*).

Santé Canada et l'Agence de la santé publique du Canada recommandent plutôt de **placer le lit du bébé dans votre chambre**, une option plus sûre que le partage du lit (voir la section *Partage de la chambre*). Les recherches montrent qu'il est préférable de partager une chambre avec le bébé, étant donné qu'une telle pratique peut contribuer à réduire le risque de syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN).

Lits d'enfant de type « cododo »

Les lits de type « cododo » ressemblent aux moïses et aux lits d'enfant. Ils comportent généralement trois côtés fermés et un côté ouvert. Dans certains cas, un des côtés peut être abaissé pour créer une ouverture au-dessus du support du matelas. Le côté ouvert est destiné à être placé contre le lit de l'adulte. Santé Canada **ne recommande pas** ce type de produits. Le **partage de la chambre** s'avère un choix plus judicieux pour les bébés (voir la section *Partage de la chambre*).

L'utilisation d'un lit d'enfant de type « cododo » dont l'un des côtés est abaissé peut constituer un danger pour les raisons suivantes :

- Un bébé peut rester coincé si l'espace entre le lit et le produit est trop grand; même lorsque les lits semblent collés, un espace peut se créer lorsque l'adulte s'allonge;
- Si la housse en tissu n'est pas bien fixée, elle peut plisser lorsque le côté est abaissé, créant ainsi un vide entre le tissu et le cadre du produit, dans lequel un enfant pourrait tomber ou se retrouver coincé et suffoquer.

Hamacs

Santé Canada recommande de **ne pas utiliser** de hamac pour bébé pour les raisons qui suivent :

- Les hamacs peuvent être instables et basculer vers l'avant. Un bébé risque alors d'être comprimé dans un coin ou contre les côtés et de suffoquer.
- Les hamacs destinés aux nourrissons et aux jeunes enfants peuvent s'enrouler autour du cou d'un enfant et l'étrangler.
- Un bébé placé sur des articles de literie mous, ce qui comprend les hamacs, peut rester coincé dans une position l'empêchant de respirer.
- Un bébé ou un jeune enfant placé dans un hamac risque de tomber et de se blesser.

Parcs pour enfants

Les parcs pour enfants **ne sont pas** destinés à être utilisés comme surface de sommeil, sans supervision, puisqu'ils ne satisfont pas aux mêmes exigences de sécurité et ne sont pas aussi résistants que les lits d'enfant.

- Si le parc est muni d'une table à langer ou d'une couchette, suivez les instructions du fabricant pour l'assemblage et l'utilisation.
- Ne placez jamais un bébé dans un parc lorsque la table à langer ou la couchette sont en place. La tête d'un enfant pourrait rester coincée entre le rebord du parc et celui de la table à langer ou de la couchette, ce qui présente un risque d'étranglement ou de suffocation.
- Ne faites jamais dormir un bébé sur une table à langer accrochée à un parc.
- Évitez d'ajouter des couvertures, des oreillers, un coussin ou un matelas supplémentaire. Un enfant pourrait s'étouffer avec ces articles.
- Assurez-vous que les côtés du parc sont bien enclenchés avant de l'utiliser. Ne laissez jamais un bébé dans un parc dont l'un des côtés est abaissé, car le bébé pourrait rouler dans l'espace entre le matelas et la paroi en filet et suffoquer.
- Assurez-vous que le matelas est ferme. Un matelas usé peut présenter un risque de suffocation pour un enfant.
- Évitez de mettre dans le parc des gros jouets ou des jouets en peluche sur lesquels un enfant pourrait grimper pour se hisser hors du parc.
- Assurez-vous que le vinyle recouvrant le rebord du parc, les parois en filet et le matelas ne sont pas déchirés. Un enfant risque de s'étouffer s'il en arrache de petits morceaux avec ses dents.



Autres produits (porte-bébés, sauteuses, sièges d'auto, porte bébés en bandoulière, poussettes et balançoires)

Il n'est pas sécuritaire de laisser un bébé dormir en position assise ou semi-couchée, par exemple dans une poussette ou un siège d'auto. La tête du bébé, dont les muscles sont encore peu développés, peut tomber vers l'avant lorsqu'il dort, ce qui peut nuire à sa respiration.

- Une fois à destination, placez le bébé dans un lit d'enfant, un berceau ou un moïse.
- Les produits comme les poussettes et les balançoires peuvent être utiles pour endormir l'enfant, mais celui-ci devrait être transféré dans un lit d'enfant, un berceau ou un moïse lorsqu'il dort.



ACCESSOIRES DE COUCHAGE NON SÉCURITAIRES POUR LES BÉBÉS

Bordures de protection

Santé Canada **déconseille** l'utilisation de bordures de protection pour les raisons qui suivent :

- Un bébé risque de suffoquer si son visage se retrouve contre le tissu de la bordure de protection.
- La tête d'un enfant peut se retrouver coincée entre la bordure de protection et le côté du lit.
- Évitez les longs rubans, les cordes ou les cordons dans lesquels un enfant pourrait s'emmêler ou avec lesquels il pourrait s'étrangler.
- Un enfant peut utiliser les bordures de protection pour se hisser hors du lit lorsqu'il est capable de se mettre debout. Il pourrait tomber du lit et se blesser gravement.

Coussins de positionnement

Les coussins de positionnement ont pour fonction de garder les bébés sur le dos lorsqu'ils dorment. La plupart du temps, il s'agit de deux morceaux de mousse joints par un morceau de tissu sur lequel on allonge le bébé.

Santé Canada **ne recommande pas** l'utilisation de ces produits, car un bébé pourrait suffoquer. Il est également **déconseillé** d'utiliser un support improvisé, comme des serviettes roulées. Lorsqu'un bébé est en mesure de se retourner seul, évitez de le forcer à rester sur le dos.

AUTRES ACCESSOIRES

Sucettes

- Il existe plusieurs façons d'apaiser un bébé et bon nombre d'entre eux n'utiliseront jamais de sucette. Si vous décidez d'utiliser une sucette, veuillez suivre les conseils de sécurité ci après. Inspectez les sucettes chaque jour. Vérifiez que la tétine n'a pas changé de couleur et qu'elle ne comporte pas de déchirures ni de trous. Ces derniers peuvent se former avec le temps ou à la suite d'une exposition à la chaleur, à certains aliments ou aux rayons du soleil.
- Assurez-vous que la tétine ainsi que l'anneau ou la tirette demeurent solidement attachés même si vous tirez vigoureusement dessus.
- N'attachez ou ne suspendez jamais une sucette ou tout autre objet autour du cou d'un bébé ou d'un jeune enfant puisque cela représente un risque d'étranglement.
- Remplacez les sucettes au moins tous les deux mois sans attendre qu'elles présentent des signes d'usure.
- Jetez sans tarder toute sucette présentant des signes de détérioration puisque le bébé risque de s'étrangler avec des morceaux qui se brisent ou se détachent.
- Les étuis en plastique pour sucette présentent des risques d'étouffement.
- Au stade de la dentition, il est plus sécuritaire de donner à l'enfant un anneau de dentition plutôt que de le laisser mordiller une sucette.
- Santé Canada déconseille l'utilisation de colliers pour prévenir ou calmer les douleurs de dentition.

Vêtements de nuit

Les tissus **en coton, en mélange de coton et en rayonne** s'enflamment et brûlent plus rapidement que la plupart des tissus synthétiques. Le nylon et le polyester s'enflamment difficilement et brûlent plus lentement.

Les vêtements de nuit **amples**, ce qui comprend les chemises de nuit, les peignoirs et les pyjamas amples, sont plus susceptibles de s'enflammer que ceux qui sont ajustés et devraient être confectionnés dans des tissus à combustion lente.

Un vêtement de nuit **ajusté**, comme un pyjama polo ou une dormeuse, risque moins de s'enflammer qu'un pyjama ou une chemise de nuit ayant de larges manches ou volants.

Autres conseils de sécurité relatifs aux vêtements pour enfants :

- Avant de mettre votre enfant au lit, faites-lui revêtir un vêtement de nuit plutôt qu'un t-shirt ou un autre vêtement de jour. La plupart des vêtements de jour ne répondent pas aux normes d'inflammabilité applicables aux vêtements de nuit.
- Les ceintures, cordons et ceinturons sur les peignoirs pour enfants doivent être solidement cousus au centre arrière. Tout type de cordon qui peut se détacher des vêtements représente un risque d'étranglement pour les enfants.
- Vérifiez s'il y a des boutons desserrés ou d'autres petites pièces qui pourraient constituer un risque d'étouffement.
- Vérifiez régulièrement les couvertures et les vêtements de nuit pour vous assurer qu'aucun fil n'est décousu et effectuez les réparations immédiatement, car les fils peuvent s'enrouler autour du bras, de la jambe ou du cou du bébé et le blesser.
- Apprenez à vos enfants la sécurité-incendie et montrez-leur à S'ARRÊTER, à SE JETER PAR TERRE et à ROULER SUR EUX-MÊME si leurs vêtements prennent feu.

Jouets

- Ne laissez pas un enfant aller au lit avec des jouets à piles. La fuite ou la surchauffe des piles peut occasionner des brûlures ou d'autres blessures.
- Les bébés peuvent s'étouffer en présence de jouets en peluche. De plus, les tout-petits peuvent utiliser les gros jouets en peluche pour se hisser hors de leur lit ou de leur parc.
- Assurez-vous que les jouets avec lesquels votre enfant joue ne comportent aucune pièce petite ou lâche avec laquelle il pourrait s'étouffer.



PRODUITS POUR LE SOMMEIL DES TOUT-PETITS ET DES ENFANTS D'ÂGE SCOLAIRE

Garde-corps amovibles pour les lits

Les garde-corps amovibles pour les lits, souvent installés sur les lits de format ordinaire pour empêcher un enfant de tomber, peuvent présenter un risque de coincement de la tête s'ils ne sont pas bien utilisés.

- **Ne mettez jamais un enfant de moins de deux ans dans un lit muni de garde-corps amovibles.**
 - Afin d'assurer la sécurité des jeunes enfants en cas de chute, dégagez le sol autour du lit ou placez un matelas pour lit d'enfant à côté du lit.
 - À moins d'indication contraire du fabricant, les garde-corps amovibles sont conçus pour être utilisés avec des lits comportant un sommier à ressorts et un matelas.
- Avant l'heure du coucher et de la sieste, assurez-vous que les garde-corps sont bien fixés et qu'il n'y a pas d'espace entre le matelas et le côté de lit.
- Évitez de placer des oreillers ou des jouets contre le côté de lit; un enfant risque de suffoquer si son visage se retrouve contre ces objets.
- Santé Canada recommande d'utiliser uniquement des garde-corps amovibles qui respectent la version la plus récente de la norme d'ASTM International. Renseignez-vous avant d'acheter.



Lits pour tout-petits

Les lits pour tout-petits sont souvent utilisés lorsque l'enfant est trop grand pour le lit d'enfant, sans toutefois être assez grand pour le lit de format ordinaire. Ces lits sont conçus pour être utilisés jusqu'à l'âge de cinq ans environ. Ils sont généralement munis de barres de retenue de chaque côté du matelas.

- Lisez et suivez les instructions du fabricant pour l'assemblage du lit et lisez les mises en garde.
- Respectez les limites d'âge et de poids indiquées par le fabricant.
- Dans bien des cas, le matelas du lit d'enfant convient au lit pour tout-petit.
 - Prenez en note les dimensions du matelas du lit d'enfant avant de magasiner un lit pour tout petit pour vous assurer que le matelas est compatible.
 - Assurez-vous que le matelas du lit d'enfant est en bon état avant de l'utiliser dans le lit pour tout-petit.
- Assurez-vous qu'il n'y a pas d'espace important entre le matelas et les barres de retenue, la tête de lit et le pied de lit.
- Le lit devrait être peu élevé. Les barres de retenue visent à rappeler à l'enfant qu'il est près du bord, sans toutefois l'empêcher de tomber ou de grimper par-dessus.
- Les barres de retenue ou autres parties du lit situées au-dessus du support du matelas ne devraient pas être espacées de plus de 8,4 cm (3,3 po).
- Vérifiez fréquemment la robustesse du cadre de lit.

Lits superposés

Les enfants de moins de six ans ne devraient jamais utiliser le lit du haut.

- Procurez-vous des lits superposés qui respectent la version la plus récente de la norme d'ASTM International. Renseignez-vous avant d'acheter.
- Autorisez une seule personne à la fois dans le lit du haut.
- Montrez aux enfants à toujours utiliser l'échelle pour monter ou descendre du lit. L'échelle doit être solidement fixée au lit en tout temps. Ne l'enlevez jamais.
- Empêchez les enfants de jouer sur le lit du haut, de même qu'en dessous de celui-ci, à moins que l'espace sous le lit ait été conçu à cette fin par le fabricant.
- N'attachez jamais de corde ou de cordon (comme la ceinture d'un peignoir ou une corde à sauter) à une partie du lit, car ils peuvent présenter un risque d'étranglement.



- Vérifiez fréquemment la solidité et l'état du cadre des lits superposés.
- Assurez-vous que les quatre côtés du lit du haut sont munis de barres de retenue, même si le lit est placé contre un mur.
- Assurez-vous qu'aucune partie du lit, comme les montants du lit et de l'échelle, ne dépasse de plus de 0,5 cm (0,2 po) le bord supérieur du lit (habituellement les barres de retenue).
- Le matelas doit être bien ajusté aux quatre côtés du lit (aucun espace). De plus, il devrait y avoir un espace d'au moins 12,7 cm (5 po) entre le dessus du matelas et le dessus des barres de retenue.
- Ne laissez pas un enfant de moins de six ans dormir dans le lit du haut. Si le fabricant prévoit cette option, envisagez de retirer et de ranger le lit du haut ou de le placer à côté du lit du bas jusqu'à ce que l'enfant soit en âge de l'utiliser. Si le lit du haut est placé sur le plancher pour un enfant de moins de six ans, les barres de retenue devraient être retirées. Ces barres sont conçues pour être utilisées avec des enfants d'au moins six ans. Un enfant plus jeune pourrait rester coincé.

RESSOURCES

Rappels

Pour connaître les **produits de consommation qui font l'objet d'un rappel**, consultez le site www.healthycanadians.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-fra.php.

Pour être informé lorsque de nouveaux renseignements, des avis, des mises en garde, des rappels de produits de consommation et des documents de consultation en ce qui a trait à la sécurité des produits de consommation sont affichés sur le site Web de Santé Canada, **abonnez-vous au bulletin de nouvelles de la Sécurité des produits de consommation** : www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/advisories-avis/_subscribe-abonnement/index-fra.php

Rapport d'incident

Pour **présenter une plainte ou signaler un problème** concernant un produit de consommation, allez à l'adresse www.santecanada.gc.ca/signalezunproduit

Contacts

Pour soumettre une demande de renseignements ou une plainte concernant un produit de consommation, veuillez communiquer avec le bureau de la sécurité des produits le plus près de chez vous, en composant le numéro sans frais 1-866-662-0666 (les appels seront transférés au bureau le plus près).

Ressources additionnelles

Baby's Breath (Anciennement Fondation canadienne pour l'étude sur la mortalité infantile [EMI])

www.babysbreathcanada.ca (en anglais seulement)

1-800-363-7437

Société canadienne de pédiatrie

www.cps.ca

613-526-9397

Agence de la santé publique du Canada

www.santepublique.gc.ca

Programme de la lutte au tabagisme, Santé Canada

www.vivezsansfume.gc.ca

1-866-318-1116

Transports Canada

www.tc.gc.ca

1-800-333-0371

Sécurité des produits de consommation, Santé Canada

La protection et la promotion de la santé et de la sécurité des Canadiens sont de la plus haute importance pour le gouvernement du Canada. La *Loi canadienne sur la sécurité des produits de consommation* (LCSPC) vise à protéger les consommateurs contre les produits dangereux. La LCSPC et ses règlements d'application sont administrés par la Direction de la sécurité des produits de consommation (DSPC) de Santé Canada.

La DSPC a élaboré, en consultation avec des représentants de l'industrie, des consommateurs et le milieu médical, des règlements sur la sécurité d'un certain nombre de produits pour enfants, dont les jouets, les lits d'enfant, les parcs pour enfants et les vêtements de nuit pour enfants.

Le Bureau de l'élaboration des programmes de la DSPC fournit des renseignements en matière de sécurité aux familles, aux pourvoyeurs de soins, aux garderies et aux professionnels de la santé grâce à des initiatives comme des campagnes de sensibilisation, des brochures et des bulletins d'information.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur la prévention des blessures, veuillez communiquer avec la DSPC aux coordonnées suivantes :

Direction de la sécurité des produits de consommation

BEP – Division des relations externes

Santé Canada

Indice de l'adresse : 4909C

Ottawa (Ontario) K1A 0K9

Courriel : CPS-SPC@hc-sc.gc.ca

Numéro sans frais : 1-866-662-0666

Pour des questions ou des plaintes à propos des produits de consommation, veuillez contacter le bureau de la sécurité des produits le plus proche de chez vous en appelant le numéro sans frais indiqué ci-dessus.