



A

Procter & Gamble France - Pampers
Service en charge du magazine
163 Quai Aulagnier
92600 Asnières-sur-Seine

Objet : Informations au sujet du magazine des 4-6 mois

Madame, Monsieur,

Ma fille cadette est âgée de 4 mois et demi. Je reçois cette semaine un courrier promotionnel de votre part, dans lequel vous glissez des bons de réduction, un échantillon de couche jetable, ainsi qu'un magazine ciblé sur la tranche d'âge de ma fille.

Si je vous écris c'est parce que je suis profondément déçue de votre « article » intitulé « Comment rééduquer le sommeil de bébé ? » (p. 12-13 de votre magazine). Ainsi, vous y détaillez deux approches afin de développer chez l'enfant l'aptitude à « faire ses nuits » : la première est la méthode « sans pleurs » et la seconde est la méthode pratiquée par les adeptes du « laisser pleurer ». Dans votre « article » vous écrivez que les deux méthodes sont méritoires et que « l'une n'est pas meilleure que l'autre ». Je ne suis pas DU TOUT de votre avis et je vous explique pourquoi.

Dans un premier temps, vous appliquez ici une méthode marketing douteuse puisque vous annoncez deux méthodes radicalement opposées, mais vous n'avez même pas le courage de prendre parti. C'est une technique comme une autre de tentative de séduction de vos clients, ne nous voilons pas la face.

Dans un second temps, et c'est bien là le plus important, vos « spécialistes » ont l'air d'avoir quelques lacunes sur le sujet, en particulier dans le domaine des dernières recherches en neurosciences. Quand on prône la technique du « laisser pleurer » c'est que l'on ignore forcément quelques études. Ainsi, Margot Sunderland écrit que « *Si on laisse un bébé hurler dans sa chambre : – Un afflux important d'hormones réactives au stress envahit son cerveau – Son cerveau cesse de sécréter des opioïdes (des hormones qui procurent une sensation de bien-être) – Ses mécanismes de réponse au stress peuvent réagir au moindre stimulus – Les voies de transmission de la douleur sont activées dans son cerveau, comme s'il était blessé physiquement.* » [Source : Margot Sunderland, *La science au service des parents*]. Les dommages sont autant physiologiques que psychologiques. Le docteur William Sears écrivait qu' « *à la fin des années 70, la recherche a montré que les bébés qu'on laissait pleurer avaient des rythmes cardiaques qui atteignaient des niveaux inquiétants, et que le taux d'oxygène baissait dans leur sang. Quand les pleurs de ces bébés étaient calmés, leur système cardiovasculaire retournait rapidement à la normale, ce qui montre à quel point les bébés reconnaissent rapidement l'état de bien-être au niveau physiologique. Si les pleurs du bébé ne sont*

pas calmés, il est dans une détresse aussi bien physiologique que psychologique » [Source : Dr William Sears, 7 Things Parents Should Know About Baby's Criesⁱⁱ].

Laisser pleurer un bébé c'est l'abandonner à sa propre détresse, c'est détruire la confiance qu'il a dans sa figure d'attachement. Ce dernier a besoin d'être protégé, de se sentir en sécurité et en confiance, de bâtir un lien d'attachement solide. Je cite un passage du site internet de la psychologue Delphine Lecaⁱⁱⁱ pour terminer : « *Lorsqu'on ne répond pas aux pleurs du bébé, à ses appels, il va rapidement se couper de ses émotions et cesser de pleurer. Il va devenir silencieux, très "sage". Il sera conditionné à ne plus exprimer ses émotions, ses besoins, ses peurs, ses chagrins... Des chercheurs de l'université d'Harvard, qui ont menés une recherche sur la pratique du maternage ont conclu ceci: " les parents doivent savoir qu'en laissant pleurer leur enfant sans lui accorder d'attention, ils peuvent provoquer chez lui des dommages à long terme. Le système nerveux de l'enfant deviendra anormalement sensible aux traumatismes à venir "...».*

Je vous invite à faire un effort pour, à l'avenir, relayer des informations complètes et mises à jour en termes de connaissances... et non des inepties véhiculées depuis des décennies, qui ne sont que des informations partielles, partiales voire erronées. N'hésitez pas à lire les ouvrages cités plus haut ainsi que le formidable ouvrage de Catherine Gueguen, *Pour une enfance heureuse*^{iv}, qui fait le point sur toutes les dernières recherches en neurosciences.

Votre entreprise a le pouvoir de toucher du monde, touchez ce monde intelligemment et avec bienveillance. Vous avez un auditoire, servez-vous en pour une juste cause. Je me tiens à votre entière disposition pour tout échange sur la question. Par ailleurs, vous pouvez me retrouver sur l'internet via mon blog^v et sa page Facebook^{vi} (sur laquelle j'ai évoqué la question).

Je vous prie de croire, Madame, Monsieur, à l'assurance de mes salutations distinguées.

ⁱ Margot Sunderland, *La science au service des parents*, Hurtubise, 2007.

ⁱⁱ Dr William Sears: « 7 Things Parents Should Know About Baby's Cries », Site du Dr Sears: www.askdrsears.com (traduction proposée sur le site de l'Observatoire des Violences Educatives Ordinaires OVEO: « 7 choses que les parents doivent savoir sur les pleurs de bébé »

ⁱⁱⁱ <http://babybaboo.com/education/laisse-le-pleurer-surement-pas/>

^{iv} Catherine Gueguen, *Pour une enfance heureuse*, Robert Laffont, 2014

^v <http://www.seveilleretsepanouirdemanierraisonnee.com/>

^{vi} <https://www.facebook.com/Séveiller-et-sépanouir-de-manière-raisonnée-1423013094612444/timeline/?ref=bookmarks>