

When Every Second Counts: Choking Response & First Aid for Young Children Meeting Kit – French



QUELS SONT LES ENJEUX?

L'étouffement est l'une des urgences les plus effrayantes dans le domaine de la garde d'enfants, car il survient rapidement et sans avertissement. Un instant, l'enfant mange, joue ou explore. L'instant d'après, il est silencieux, paniqué et incapable de respirer.

Les jeunes enfants sont particulièrement vulnérables. Leurs voies respiratoires sont petites, leurs capacités masticatoires sont encore en développement et ils explorent naturellement les objets avec leur bouche. Même les aliments et les jouets qui semblent inoffensifs peuvent devenir mortels en quelques secondes.

En cas d'urgence liée à un étouffement, vous n'avez pas le temps de chercher des instructions ou de douter de vous-même. Ce que vous faites dans les premiers instants peut déterminer si l'enfant se remettra rapidement ou s'il subira des blessures graves. Savoir reconnaître un étouffement et réagir immédiatement n'est pas seulement une compétence. C'est une responsabilité qui va de pair avec la garde des jeunes enfants.

QUELS SONT LES DANGERS?

CE QUI REND L'ÉTOUFFEMENT SI DANGEREUX

L'étouffement est différent de la toux ou du haut-le-cœur.

Un enfant qui tousse fortement ou fait du bruit fait encore circuler de l'air. Un enfant silencieux, les yeux écarquillés ou qui se tient la gorge peut être incapable de respirer du tout. Le manque d'oxygène peut commencer à causer des lésions cérébrales en quelques minutes.

Selon les Centers for Disease Control and Prevention (CDC) des États-Unis, l'étouffement est l'une des principales causes de décès liés aux blessures chez les enfants de moins de cinq ans. Des milliers d'autres vivent chaque année des incidents d'étouffement non mortels nécessitant des soins d'urgence.

En milieu de garde, l'étouffement survient souvent lors de moments routiniers :

- Collation ou dîner.
- Périodes de transition lorsque les enfants sont distraits.

- Jeux impliquant de petits objets.
- Jeux extérieurs lorsque les enfants ramassent des objets au sol.

Le danger n'est pas la négligence. Le danger est de sous-estimer la rapidité avec laquelle une situation peut changer.

COMMENT SE PROTÉGER

RECONNAÎTRE UNE URGENGE D'ÉTOUFFEMENT

Une reconnaissance précoce sauve des vies.

Un enfant qui s'étouffe peut :

- Être incapable de pleurer, tousser ou parler.
- Avoir une respiration aiguë ou aucun son respiratoire.
- Devenir rouge, puis bleu autour des lèvres.
- Avoir l'air paniqué ou confus.
- Se tenir la gorge.
- Cesser soudainement de bouger ou s'effondrer.

Si un enfant tousse fortement, restez près de lui et encouragez-le à tousser. N'intervenez pas à moins que les voies respiratoires soient complètement bloquées.

Si un enfant ne peut pas respirer ni produire de son, une intervention immédiate est nécessaire.

QUE FAIRE LORSQU'UN ENFANT S'ÉTOUFFE

Votre intervention dépend de l'âge et de l'état de l'enfant, mais la priorité est toujours la même : rétablir la circulation de l'air le plus rapidement possible.

Pour les nourrissons, cela implique des tapes dans le dos et des compressions thoraciques.

Pour les tout-petits et les jeunes enfants, cela implique des compressions abdominales.

Si l'enfant devient inconscient, la RCR doit commencer immédiatement pendant que les services d'urgence sont contactés.

L'entraînement vous assure de connaître la bonne séquence, le bon positionnement des mains et la force requise. En situation réelle, la confiance et la mémoire musculaire comptent plus que la théorie.

N'essayez jamais de retirer l'objet à l'aveugle avec les doigts. Cela peut pousser l'objet plus profondément dans les voies respiratoires et aggraver la situation.

RESTEZ CALME ET AGISSEZ

Les enfants reflètent les réactions des adultes. Rester calme vous aide à agir rapidement et clairement. La panique ralentit la réaction. La préparation fait gagner du temps.

MOT DE LA FIN

Les urgences d'étouffement sont rares, mais lorsqu'elles surviennent, l'issue dépend de l'adulte présent. L'entraînement, la vigilance et la préparation transforment la peur en action. Quand chaque seconde compte, savoir quoi faire sauve des vies.

