



FORMATION SPECIFIQUE

**« ACCOMPAGNER
LA PERINATALITE »**

**LES ETAPES DU 3^{ème} TRIMESTRE DE LA GROSSESSE
DU POINT DE VUE DE BEBE**

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

DESCRIPTIF DU POINT DE VUE DU BEBE A VENIR

Le 3^{ème} trimestre correspond à la période qui va de la 29^{ème} semaine jusqu'à la 40^{ème} semaine d'aménorrhée

- Durant ce trimestre, la croissance du bébé se continue. Il est bien éveillé et participe en réagissant aux bruits et contact venant de l'extérieur.
- Ses poumons sont en pleine croissance pour se préparer à se déployer lors de la 1ère respiration tout juste après la naissance.
- À la fin du 3^e trimestre, le bébé mesure environ 50 cm de la tête au coccyx et pèse environ entre 3 et 4 kilos.

SEMAINE 29 - LE FCÆTUS BOUGE DE PLUS EN PLUS

- A ce stade de la croissance de bébé, l'appareil digestif est fonctionnel. Bébé absorbe comme boisson le liquide amniotique, pouvant ainsi « goûter et percevoir » différentes saveurs et odeurs en lien avec l'alimentation de la maman. Ces 1ères expériences gustatives et olfactives pourront influencer les préférences de bébé après la naissance.
- La structure osseuse est complètement développée , mais les os restent mous, les muscles se développent en volume.
- Les yeux de bébé sont partiellement ouverts et les cils ont poussés. La peau devient plus lisse..

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

- Comme Bébé bouge beaucoup, ses besoins nutritionnels deviennent de plus en plus importants. Il puise dans l'alimentation de sa maman les protéines les vitamines et minéraux (calcium et fer) dont il a besoin.
- Par contre, l'espace intérieur dont a besoin bébé se réduit de plus en plus face à sa croissance, il peut se sentir à l'étroit et réduire ses mouvements ou pousser et bouger plus vers l'avant du ventre de maman.
- Il mesure maintenant 26 cm de la tête au coccyx et pèse 1,2 kg.

SEMAINE 30 - BEBE GARDE LES YEUX OUVERTS

- À cette étape, les yeux de bébé restent ouverts la plupart du temps. Il peut voir, mais sa vision est limitée (20 à 30 cm devant lui). Il perçoit de plus en plus aussi les bruits et les voix.
- Les organes sont presque tous entièrement formés, à l'exception des reins et des poumons qui nécessitent plus de temps... Les reins vont se transformer une 3ème fois pour devenir les reins définitifs que bébé conservera toute sa vie.
- Les structures du cerveau se renforcent et se perfectionnent avec le développement de la myéline (développement qui se continuera après la naissance et les 1ères années de vie.
- La moelle osseuse a pris le relais du foie et de la rate pour la production de globules rouges.
- Il mesure maintenant environ 28 cm de la tête au coccyx et il pèse près de 1,3 kilo. Sa croissance se ralentit au profit du poids.

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

SEMAINE 31 - LA TEMPERATURE DU CORPS SE REGULE

- Le système nerveux central est mature et peut contrôler la température du corps de bébé, grâce aux réserves de graisses corporelles, ce qui change l'apparence de bébé qui s'arrondit...
- À l'intérieur des poumons, les vaisseaux sanguins se sont développés. Les mouvements respiratoires sont de plus en plus réguliers.
- Pour les futurs garçons, les testicules sont maintenant descendus dans le scrotum. Pour les filles, les ovocytes (futurs ovules) ont terminé leur développement, mais deviendront actifs au moment de la puberté.
- Bébé s'est peut-être déjà retourné... pour avoir la tête en bas... jusqu'à l'accouchement.
- Les cheveux et ongles continuent de pousser...
- Bébé mesure à présent 29 cm environ de la tête au coccyx et pèse 1,5 kg environ...

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

SEMAINE 32 - BEBE GIGOTE BEAUCOUP

- Bébé fait de plus en plus de grands mouvements de bras et/ou des jambes. Il change de position comme s'il explorait toutes les positions... (ressenti comme une vague déformant le ventre de la maman).
- En cette fin de grossesse, la prise de poids du bébé s'accélère encore plus... Il prend la moitié de son poids à la naissance durant les 7 dernières semaines de grossesse.
- Le cœur de bébé bat au rythme de 135 à 140 battements par minute, pouvant aller jusqu'à 160 battements par minute. Il bat 2 fois plus vite que celui d'un adulte.
- A ce stade, Bébé mesure 30 cm de la tête au coccyx et pèse environ 1,7 kilo.

SEMAINE 33 - MANQUE DE PLACE

- Le bébé a beaucoup moins de place pour bouger, il se recroqueville (jambes repliées, bras croisés et menton sur les genoux)...
- Son corps a les proportions du nouveau-né (tête, corps, membres), les dernières semaines lui permettront de grandir encore et prendre plus de poids.

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

- Bébés se positionnent tête en bas (si ce n'est déjà fait) en vue de l'accouchement, sa tête appuie sur les os du bassin de la maman. Il amorcera bientôt la descente progressivement vers le bas.
- Une naissance à ce stade serait une prématurité moyenne (la plus fréquente) mais viable pour le bébé.
- A huit mois de gestation, il mesure environ 32 cm de la tête au coccyx et pèse environ 1,9 kg.

SEMAINE 34 - LA PEAU DE BEBE DEVIENT ROSE

- Durant les dernières semaines de la grossesse, le bébé avale beaucoup de liquide amniotique et urine de plus en plus... Le placenta fonctionne à plein régime pour drainer et éliminer tous ces déchets. Ce qui demande à la maman de boire beaucoup pour le processus de filtration des reins.
- Dans les intestins du bébé, le méconium s'accumule. Il sera éliminé dans les premiers temps après la naissance. Ce sont les premières selles.
- À ce stade, la plupart des organes sont maintenant pleinement fonctionnels, comme certains systèmes qui profitent des dernières semaines pour achever leur maturation. C'est le cas des poumons, des os, de la peau, des ongles et des cheveux.

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

- Les os continuent de grandir et de s'épaissir. Les os du crâne demeurent cependant malléables en vue de l'accouchement. Ils ne sont pas soudés entre eux. Les fontanelles (les espaces entre les os) ne se fermeront que plusieurs mois après la naissance.
- Le placenta apporte une grande quantité de calcium au bébé. Le taux de calcium du bébé est maintenant plus élevé que celui de la mère.
- La peau du bébé a pris une teinte rosée (au lieu de rouge). Les ongles couvrent maintenant tout le bout des doigts. Ceux des orteils prennent toutefois un peu plus de temps à pousser.
- Bébé mesure à présent environ 34 cm de la tête au coccyx et pèse environ 2,3 kg.

SEMAINE 35 - LE CERVEAU ARRIVE A MATURATION

- Cette semaine est l'entrée dans le 9ème et dernier mois de grossesse, le cerveau et le système immunitaire ont atteint leur maturité . Le cerveau a terminé son développement fœtal, mais il continuera de se transformer tout au long de la vie, gardant une plasticité qui lui permettra de faire de nouveaux apprentissages à tout âge.
- Le système immunitaire de bébé a intégré les anticorps de sa maman pour une première immunité. Ce système continuera sa croissance après la naissance.

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

- Les dernières semaines de gestation sont bénéfiques et nécessaire pour le bébé. Son système digestif et ses poumons sont presque matures.
- C'est la période où bébé continue à développer ses réserves de graisse qui lui seront nécessaire dans son processus de naissance.
- A ce stade, Il prend environ 230 g par semaine au cours de ce 9ème mois, et mesure environ 36 cm de la tête au coccyx et pèse 2,3 kg.
- Il est de plus en plus à l'étroit et il ne reste qu'un litre de liquide amniotique environ.

SEMAINE 36 - BEBE S'ENTRAINE A RESPIRER

- Bébé s'exerce à respirer et développe ses poumons (ce sont les organes qui prennent le plus de temps). Ce qu'il respire est le liquide amniotique et parfois Il en avale en même temps, lui donnant le hoquet...
- Bébé continue à prendre du poids, et son apparence est plus ronde... Il mesure maintenant 34 cm de la tête au coccyx et pèse 2,5 kg.
- En vue de l'accouchement, il perd progressivement ce qui lui servait de protection dans l'utérus : le lanugo (duvet) et le vernix caseosa (substance blanche visqueuse qui l'enveloppe).

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

SEMAINE 37 - PRÊT POUR NAITRE

- Bébé est maintenant considéré comme étant arrivé à terme. Tous ses organes sont fonctionnels.
- Il a assez de force en lui-même pour survivre et commencer sa vie d'enfant, Il peut arriver à tout moment.
- Le déclenchement de l'accouchement dépend du bébé qui sécrètera une hormone déclenchant les contractions dès qu'il se sentira beaucoup trop à l'étroit.
- Sa tête s'engage encore plus profondément dans la région pelvienne (on appelle cette transition l'allègement).
- Il est maintenant possible de bien voir certaines parties de son corps lorsqu'il pousse, que ce soit un pied, un coude etc...
- Bébé mesure maintenant 38 cm de la tête au coccyx et pèse 3 kg.

SEMAINE 38 - LE SYSTÈME CARDIAQUE EST MATURE

- Bébé se fait beau... La couche de vernix s'est maintenant détachée et flotte dans le liquide amniotique qui prend une couleur laiteuse.
- Le cœur est complet. Il bat plus fort et le rythme cardiaque se ralentit. Certaines communications entre les cavités du cœur se fermeront toutefois après la naissance, car elles ne seront plus nécessaires.

CROISSANCE DE BEBE AU 3^{EME} TRIMESTRE

- Ses mouvements sont vigoureux et le réflexe d'agrippement est bien développé.
- Bébé pèse environ 3,2 kilos et mesure 40 cm de la tête au coccyx.

SEMAINE 39 - BEBE DORT EN ATTENDANT DE NAITRE

- Bébé dort beaucoup, en attendant du grand moment Il n'a plus de place pour bouger. Ses membres sont repliés et près du corps. Son menton repose sur ses genoux.
- Sa croissance se continue au ralenti. Il mesure maintenant 42 cm de la tête au coccyx et pèse 3,3 kg.

SEMAINE 40 - BEBE ARRIVE

- Tous les organes sont maintenant constitués, sauf les poumons qui termineront leur développement à la naissance : ils auront besoin de quelques heures pour vraiment trouver le rythme de la respiration.
- Bébé dispose de tous les réflexes nécessaires pour amorcer son développement dans le monde extérieur.
- Bébé mesure maintenant entre 46 et 50 cm des pieds à la tête. Son poids se stabilise autour de 3,5 kg.