

Angélique Piat, auxiliaire de puériculture

« *Angélique est formidable, elle a sauvé nos nuits !* »



Les nuits d'un nouveau-né peuvent rapidement devenir un marathon pour les parents. Auxiliaire de puériculture spécialisée dans l'accompagnement des nuits des nourrissons, Angélique Piat intervient directement au domicile des familles afin de leur offrir un véritable relais. Entre conseils, bienveillance et expertise, elle nous explique comment traverser cette période avec davantage de sérénité.

Top Maman : En quoi consiste votre métier ?

Angélique Piat : J'accompagne les familles dès leur retour de la maternité. Pendant la nuit, je prends entièrement en charge le bébé, que ce soit pour les changes, les biberons, les coliques ou les reflux. Si la maman allaite et qu'elle le désire, je ne la réveille que pour l'allaitement. Mon objectif est simple : permettre aux parents de dormir en toute confiance afin qu'ils puissent mener une vie équilibrée la journée !

Top Maman : Les parents reçoivent énormément de conseils. Comment faire le tri ?

Angélique Piat : Il n'existe pas de recette universelle. Chaque nourrisson est différent. J'encourage toujours les parents à observer leur bébé avant d'appliquer une méthode trouvée sur les réseaux sociaux ou entendue à la maternité. Ce qui fonctionne pour un enfant ne conviendra pas forcément à un autre. Il faut respecter son rythme et rester attentif à ses réactions.

Top Maman : Quelles sont les erreurs que vous rencontrez le plus fréquemment ?

Angélique Piat : Certaines peuvent être évitées très facilement : laisser des doudous ou une couverture dans le lit d'un nourrisson, trop couvrir un bébé lorsqu'il fait chaud, ou encore oublier d'adapter les recommandations de la maternité à l'évolution de l'enfant. Je suis également très vigilante sur l'hygiène des biberons et de l'environnement et sur les gestes du quotidien qui garantissent la sécurité du bébé.

Top Maman : Comment distinguer un réveil normal d'un inconfort ?

Angélique Piat : Un bébé qui se réveille calmement, qui sourit, qui gazouille, qui est apaisé par le son de la voix : ce sont généralement les signes que tout va bien. En revanche lorsqu'il se cambre, rougit, pleure intensément même dans les bras de sa maman ou semble gêné après les repas (toux, nez bouché, régurgitations, déglutition comme pour avaler, gaz), cela peut évoquer autre chose. Si les parents sentent que quelque chose ne va pas, ils doivent consulter et ne pas hésiter à insister si les symptômes persistent.

Top Maman : On a l'impression que vous êtes un peu le « couteau suisse » des parents. Quel est votre super-pouvoir ?

Angélique Piat : (Rires.) Je ne dirais pas que j'ai des super-pouvoirs, mais j'ai l'habitude d'observer les bébés et de comprendre ce qui les gêne. Au fil des années, je me suis spécialisée dans les problématiques qui perturbent le plus les nuits : les reflux, les coliques, les difficultés d'allaitement, les troubles de la succion ou encore les réveils répétés. Mon rôle est d'apaiser le bébé, mais aussi de rassurer les parents, de leur transmettre les bons gestes et de les orienter vers les professionnels adaptés lorsque c'est nécessaire. Quand toute la famille retrouve enfin le sommeil, c'est la plus belle des récompenses.

Top Maman : Quel message aimeriez-vous transmettre aux futurs parents ?

Angélique Piat : N'attendez pas l'épuisement ! Beaucoup de parents veulent tout assumer seuls, jour et nuit, jusqu'au moment où la fatigue devient écrasante. Or le manque de sommeil peut fragiliser toute la famille, favoriser une dépression du post-partum ou mettre en difficulté l'allaitement. Même une seule nuit de relais par semaine peut tout changer. S'entourer de professionnels, accepter d'être accompagné et préserver son sommeil, c'est aussi prendre soin de son bébé.



www.apbabysmall.com

Instagram : Angélique nurse de nuit

Facebook : apbabysmall

Tel : 06.50.22. 33.36

Intervention Paris et proche banlieue