



WELEDA

Prendre soin de la peau de votre bébé
dès la naissance

Mémo pratique
pour les patientes

La peau de votre bébé est fragile et encore en construction.
Une routine douce, simple et régulière suffit à la protéger.



Les bons gestes au quotidien :

- Bain possiblement quotidien mais bref (moins de cinq minutes), eau tiède (maximum 37°C)
- Utiliser un nettoyant doux, adapté aux nourrissons
- Sécher la peau en tamponnant, sans frotter
- Appliquer un soin hydratant pour protéger la peau
- Privilégier des vêtements en coton, doux et respirants

Créer un environnement adapté

- Éviter la surchauffe (chambre autour de 18–20 °C)
- Choisir une lessive douce
- Limiter les produits irritants ou parfumés



À éviter

- Les bains trop chauds, trop longs ou trop fréquents
- Les produits non adaptés à la peau de bébé
- Frotter la peau lors du séchage
- Multiplier les produits inutilement

Les signes à surveiller

- Sécheresse persistante
- Rougeurs ou irritations
- Petites plaques ou inconfort

Dans ces cas, adapter les soins et demander conseil à un professionnel de santé.



Routine type

- Matin**: hydratation si besoin
- Journée**: vêtements confortables, éviter la surchauffe
- Soir**: bain doux (si prévu), séchage délicat, hydratation
- Petit +**: garder des gestes simples et réguliers



Avec la contribution du Dr Berthault Carla

Dermatologue au CHU de Nantes,
Hôpital Laennec

WELEDA