ABCdaire
suivi collaboratif
des 0 à 5 ans

CHU Sainte-Justine
Le centre hospitalier universitaire mère-enfant
Université de Montréal

# Suivi de l'enfant de 4 ans

♂ Garçon ❒ ♀ Fille ❒ Date de la visite: _____ Âge: _____ Accompagné de: _____

## Préoccupations parentales

## Contexte de vie

❒ Type de milieu de garde ?: _____ ❒ Prématernelle ?: _____

❒ Changement dans la famille ?: _____

❒ Revue du Questionnaire-Famille (déterminants sociaux) ?: _____

❒ Santé mentale des parents ? _____ ❒ Autres ?: _____

## Suivi de la santé et évolution récente

❒ Voyage récent ou prévu **(2)** ? _____

❒ Maladie récente ? _____

Autres: _____

# Suivi de l'enfant de 4 ans

## Habitudes de vie actuelles

### Nutrition

- ❒ Lait de vache (3,25 % ou 2 %) ou de soya enrichi vit D non aromatisé :
  (max 16 oz ou 500 ml/jour) : _____
- ❒ **Boit du jus ou des boissons sucrées ? (à éviter)** _____
- ❒ Eau en fin ou entre les repas ? : _____
- ❒ Vitamine D (400 UI/j) : _____
- ❒ Autres suppléments/produits naturels ? _____
- ❒ Végétarisme ou autre régime ? _____
- ❒ **Assiette équilibrée avec les 3 groupes alimentaires ?** _____
- ❒ Durée repas max 20-25 min _____

**Sommeil (nb hres/24 h) ? :** _____ **Exposition aux écrans** (nb min./j) ? : _____ **Activités physiques diverses (nb hres/j) ? :** _____

Autres : _____

## Surveillance du développement

### Cognitif

- ❒ Copie le cercle et la croix (sans démonstration)
- ❒ Dessine un bonhomme en représentant au moins quatre›parties du corps (ex. : tête, yeux, nez, bouche, bras et jambes)
- ❒ Connaît la différence entre garçon et fille (ex. : peut dire qui sont des garçons dans le groupe)
- ❒ Nomme quatre couleurs
- ❒ Compte au moins quatre objets
- ❒ Comprend certains concepts opposés : « long/court », « en arrière/en avant », « près/loin », « dedans/dehors »
- ❒ Joue à faire semblant : crée des scénarios plus détaillés où il peut se donner plusieurs rôles (ex. : parent, conjoint et docteur)

### Physique et moteur

- ❒ Se tient debout sur un seul pied pendant au moins 4 secondes sans appui
- ❒ Attrape un ballon qu'on lui lance, en allongeant les bras
- ❒ Stabilise son papier lorsqu'il dessine
- ❒ Utilise une main de façon préférentielle
- ❒ Mange son repas sans aide et proprement, en utilisant les ustensiles
- ❒ Se déshabille et s'habille sans aide, sauf pour les boutons, certaines fermetures-éclair ou vêtements serrés (ex. : peut mettre son manteau seul)

### Langagier

- ❒ Comprend les consignes verbales plus longues et plus complexes (ex. : « Donne-moi ton chapeau, tes bottes et tes mitaines »)
- ❒ Peut poser et répondre à différents types de questions (ex. : « Pourquoi ? », « Quand ? »)
- ❒ Utilise des verbes conjugués diversifiés (ex. : « le bébé est tombé », « Maman vient tantôt »)
- ❒ Utilise adéquatement « moi », « toi » et les pronoms « je », « tu », « il », « elle », « on », (« i » et « a » peuvent remplacer « elle » et « il »)
- ❒ Raconte une courte histoire en 2 ou 3 phrases
- ❒ Parle assez clairement pour se faire comprendre la plupart du temps, sans répéter les sons ou les mots

### Social et affectif

- ❒ Joue avec les autres enfants dans un but commun (ex. : réalise une construction de blocs avec les autres enfants)
- ❒ Accepte de mettre fin à une activité lorsque l'adulte lui demande
- ❒ Peut attendre son tour (ex. : tour de parole à la causerie, jeu de table)
- ❒ Essaie de réconforter un autre enfant en reproduisant le comportement de l'adulte dans le même contexte (ex. : apporte un jouet, utilise des mots doux)
- ❒ Exprime ses émotions avec des mots (ex. : « Je suis fâché »)

### Signes d'appel

- ❒ Bouge peu ou pas un côté de son corps par rapport à l'autre (utilisation asymétrique : évite d'utiliser une main, garde une main plus fermée que l'autre)
- ❒ A des difficultés dans les escaliers ou à la marche (chutes fréquentes, perte d'équilibre, maladresse, marche toujours sur la pointe des pieds)
- ❒ Ne regarde pas la personne lorsqu'elle lui parle (contact visuel)
- ❒ Semble ne pas bien entendre
- ❒ Semble ne pas bien voir
- ❒ Perd une habileté qu'il avait déjà acquise (régression)

❒ Conversation spontanée avec l'enfant :

# Suivi de l'enfant de 4 ans

## Examen physique

**Poids :** _____ **Perc :** _____ **Taille :** _____ **Perc :** _____ **IMC :** _____ **Perc :** _____ TA : _____

Apparence générale : _____

- ❒ **Reflet rétinien**
- ❒ **Reflet cornéen**
- ❒ **Test de l'écran**
- ❒ **Acuité visuelle (entre 3-5 ans)**
- ❒ Tension artérielle (mmHg) : _____
- ❒ ORL
  Tympans : _____
- ❒ **Dentition (caries ?)** : _____
- ❒ Cœur
- ❒ Poumons
- ❒ Abdomen
- ❒ OGE
- ❒ Membres inférieurs
- ❒ Téguments : _____
- ❒ Blessure(s) inhabituelle(s) ? : _____
- ❒ Démarche : _____

### Observations spontanées et autres détails relatifs à l'examen _____

## Promotion des saines habitudes de vie et conseils préventifs

- ❒ **Éviter le jus, offrir de l'eau à la place**
- ❒ **Offrir assiette équilibrée avec les 3 groupes alimentaires, dont ≥ 2 riches en fer/j : légumes et fruits, produits céréaliers de grains entiers, aliment protéinés**
- ❒ **Favoriser des comportements alimentaires sains : horaire stable des repas/collations nutritives, faire participer l'enfant à leur préparation, manger à table SANS écran, éviter des récompenses avec de la nourriture, respecter les signaux de faim/satiété de l'enfant**
- ❒ **Hygiène dentaire : soie dentaire et brossage 2 fois/j avec du dentrifice fluoré (taille d'un petit pois)**
- ❒ **Encourager un environnement sans fumée**
- ❒ **Limite du temps écran avec accompagnement et contenu éducatif (max 1 h/j)**
- ❒ **Encourager l'activité physique ≥ 3h/j (promotion d'un mode vie actif)**
- ❒ **Encourager une bonne hygiène de sommeil (> 10 h/24h)**
- ❒ **Service de garde éducatif si milieu vulnérable**
- ❒ Encourager l'éveil à la lecture
- ❒ Éviter les émissions violentes
- ❒ Soutenir les habiletés parentales : attitude face aux crises de colère, discipline (constance entre les parents), etc.
- ❒ Petites responsabilités, autonomie
- ❒ S'assurer de la sécurité de l'enfant : **siège d'appoint en voiture si > 18 kg,** *VTT, casque de vélo, feux de circulation, traverse de la rue, noyade, trampoline,* **protection solaire** *et saisonnière, protection morsures de chien*
- ❒ Comportement face aux étrangers (prévention des abus sexuels)
- ❒ Stimulation du développement (document pour les parents)
- ❒ Proposer des ressources pour de l'information fiable concernant la santé et le développement (Info-santé 811, *Mieux vivre avec son enfant,* Naître et grandir)
- ❒ **Promouvoir la vaccination : soutien aux parents hésitants.**

Autres conseils donnés : _____

# Suivi de l'enfant de 4 ans

## Impressions et conduites

### Impressions

❒ Santé physique : _____

❒ Croissance : _____

❒ Développement : _____

❒ Autre(s) impression(s) : _____

### Conduites spécifiques

❒ Mettre à jour **Recueil des données de base au besoin** (nouvelle info sur la famille : contexte de vie, santé, etc)

❒ Si enfant nouvellement arrivé au Canada, consulter les documents spécifiques dans la section « Suivis particuliers»

### Conduites générales

**Immunisation :**

Refusée ❒ Reportée ❒ À jour ❒

❒ **2e rappel dcaT-Polio**

❒ ***Rappel vaccins antiméningocoque A, C, Y, $W_{135}$ et antiméningocoque B (*)***

❒ **Visites régulières chez le dentiste (en priorité si caries)**

❒ **Dépistage visuel (optométriste) si pas fait à l'examen physique**

❒ Dépistage lipidique si non fait ? (*)

❒ *Référence nutritionniste si embonpoint ou obésité*

❒ Dosage de plomb sérique ? (*)

❒ Évaluation en audiologie si retard de langage et/ou acuité douteuse

❒ Outils ou ressources pour les parents : _____

Signature : _____ Prochain RDV : _____

Juin 2026

(*) Si l'enfant est à risque, cf guide. Recommandations : **gras = A**, *italique = B*, caractère ordinaire = C ou I, **souligné** = bonnes pratiques en prévention clinique du MSSSQ.

Par G. Brunet, MD, G. Cossette, IPSPL, D. Cousineau, MD, FRCPC, D.Lemieux, MD., L. Bélanger, MD, FRCPC, A. Valderrama, MD, FRCPC, J. Poirier IPSPL, N. Houssaini, MD et S. Sun, MD.

© 2019 CHU Sainte-Justine **Adaptation interdite.**

# Suivi de l’enfant de 4 ans | Notes supplémentaires

| Dates | |
|---|---|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |