

## BON À SAVOIR

Le peau à peau est aussi un soin très efficace pour les bébés prématurés.

Un bébé prématuré qui ne souffre pas d'un syndrome de détresse respiratoire peut être peau-à-peau avec sa mère immédiatement après la naissance. En effet, pour le bébé prématuré comme pour le bébé né à terme, le contact peau-à-peau peut réduire la respiration rapide à des niveaux normaux. Même si bébé est relié à des appareils c'est une technique de soin de plus en plus appliquée car elle permet de pallier les carences affectives induites par la mise sous couveuse de ces bébés trop petits, trop faibles, trop fragiles

### Tout au long de l'allaitement.

La maman peut porter bébé en peau à peau, elle peut vaquer à ses occupations, et le bébé tète quand il veut, tout en profitant de la chaleur maternelle. On appelle ça la méthode "kangourou".



*Échange de chaleur, de sensations, d'émotions...  
Le peau à peau est un moment unique et intense et rien n'empêchent les parents de revivre cette rencontre avec leur bébé dès lors qu'ils le désirent, ou simplement, en ressentent le besoin, que ce soit les jours qui suivent à la maternité ou plus tard, à la maison.*

## SOURCES

Site de la leche league, référence au Dr Jack Newman auteur de « The importance of skin to skin » <http://www.lilfrance.org/Feuillets-du-Dr-Jack-Newman/Limportance-du-contact-peau-a-peau.html>

Psychologie magazine, article « Naissance : le peau à peau » par [Anne-Laure Vaineau](#), janvier 2011

## LE PEAU A PEAU

Quand bébé vient au monde, le premier contact avec sa peau nue est un moment inoubliable! C'est une étape clé pour le bien-être de la maman, du papa et du bébé...



Sandy Pomès-Lescure  
Novembre 2013

« Le cerveau a la pensée, le cœur a l'amour,  
le ventre a la paternité et la maternité. »  
Victor Hugo

## POUR EN SAVOIR PLUS...

De plus en plus pratiqué dans les maternités françaises, le peau à peau est un moment privilégié entre le nouveau-né et ses parents. Le bébé blotti contre sa maman ou son papa, leurs peaux dénudées, ils échangent chaleur, sensations, et créent les premiers liens.

Imaginée à l'origine pour sauver les prématurés, cette technique offre à votre enfant une transition en douceur entre le ventre de sa maman et le monde extérieur : il entend les battements du cœur de son papa ou sa maman, est au chaud, se sent en sécurité. Le peau à peau rassure bébé et favorise son lien d'attachement avec vous.



### BÉNÉFICES MÉDICAUX AVÉRÉS POUR BÉBÉ

**Thermorégulation** : un échange thermique se produit. Par ce corps-à-corps, l'enfant retrouve les 37 degrés dans lesquels il baignait dans le ventre maternel et surtout, sa température reste constante. Encore plus étonnant, en cas de fièvre, il se refroidira car l'excédent de température sera absorbé par l'adulte !

Aide le nouveau-né à **constituer ses défenses immunitaires**. Alors qu'il naît complètement stérile, il va s'enrichir de la flore bactérienne de sa maman ou de son papa grâce au contact direct avec leur peau.

**Impact positif sur ses fonctions cognitives et du renforcement du lien de l'enfant vers sa mère** incluant confiance, sécurité, chaleur : un meilleur éveil durant les phases de réveil et un sommeil constructif durant son sommeil, l'aidant significativement dans son développement psycho-sensoriel

**Plus apte à prendre le sein** ET plus apte à bien prendre le sein ET plus de chances d'être allaité exclusivement plus longtemps

**Puissant effet contre la douleur** pour soins invasifs

**Stabilité du rythme cardiaque et respiratoire**

**Taux de sucre plus élevé**

**Le bébé sera moins susceptible de pleurer**

### BÉNÉFICES POUR PAPA ET MAMAN

Moyen des plus naturels pour la maman de tisser les liens avec son bébé. C'est important puisque c'est la première fois qu'elle se retrouve en contact physique avec son bébé depuis qu'il n'habite plus son ventre.

Le peau à peau est aussi l'occasion de vivre une **expérience tout à fait étonnante**. En effet, de nombreux bébés vont en profiter pour se hisser, en rampant, et aller se nicher contre le sein maternel. C'est le réflexe de foussement commun à de nombreux mammifères. Si la maman le désire, le peau à peau est donc aussi le moment de la première tétée.

**Réduit le stress et risque de dépression post partum** car il augmente la production d'ocytocine et donc amplifie le ressenti d'émotions et sentiments positifs chez la maman.

**Restaurer le lien** en cas de difficultés, manque de confiance ou séparation...

#### QUELQUES ADRESSES UTILES

Association Future Maman - Périnatalité

Site internet : [www.perinatalite.info](http://www.perinatalite.info)

Conseil national de l'ordre des sages-femmes

Site internet : [www.ordre-sages-femmes.fr](http://www.ordre-sages-femmes.fr)

Association portage

Site internet : [www.parentalité-naturelle.fr](http://www.parentalité-naturelle.fr)