



Le peau à peau

Le **peau à peau** est un **soin à part entière, recommandé dès la naissance**.

Il permet une **continuité sensorielle** qui offre à votre bébé une **adaptation en douceur** à son nouvel environnement.

C'est le **peau à peau** précoce et prolongé **avec la maman lors des deux premières heures de vie** qui apporte **le plus de bénéfices au nouveau-né**.

Cette pratique est à poursuivre autant que possible pendant le séjour en maternité ainsi qu'au retour à domicile, avec la maman et le coparent.



Comment ?

» La maman doit être confortablement installée en **position semi-assise**, jamais à plat sur le dos.

» L'enfant est **nu, en couche, à plat ventre contre le torse nu** de sa maman ou du coparent.

» **Son nez et sa bouche doivent être visibles et dégagés**. Son visage doit être bien coloré. Le reste de son corps bien couvert, et le bébé est en position regroupée.

Le parent maintient la tête et les fesses de son enfant. Un bandeau de maintien peut faciliter l'installation.



En sécurité

» **La personne qui réalise le peau à peau ne doit pas s'endormir** ou doit être surveillée par un tiers qui reste présent lors de ce soin et prend le relais si nécessaire (ex : coparent). En cas de signes d'endormissement de la maman ou du coparent, le **peau-à-peau** doit être interrompu.

» Il est primordial de **surveiller et signaler immédiatement** tout changement de teint (bleu ou blanc) ou perte de réaction de votre bébé.



Bénéfices reconnus

Sur la santé de l'enfant :

- » stabilise son rythme cardiaque
- » stabilise sa respiration
- » régule sa température
- » stabilise les glycémies
(taux de sucre dans le sang)

» **diminue son stress** par la diminution de la sécrétion d'adrénaline, et permet donc une adaptation en douceur du passage de la vie intra-utérine à extra-utérine.

» **apaise, reconforte en augmentant son sentiment de sécurité, atténue les états douloureux** grâce à l'augmentation physiologique des endorphines.

» améliore la digestion et **renforce son système immunitaire** par la colonisation des germes familiaux.

Pour la maman :

» **augmente la sécrétion d'ocytocine** chez la mère, améliorant ainsi la physiologie utérine, **favorise le lien mère-enfant**, et agit de façon bénéfique sur le **démarrage de l'allaitement maternel**.

Sur le lien parents-enfants :

- » conforte les parents dans leur **capacité à prendre soin de leur bébé**.
- » **renforce le lien d'attachement**



*Les bienfaits du peau-à-peau sont reconnus dans la durée, il peut donc être **prolongé dans les jours et semaines suivants** la naissance. Il peut se faire **aussi souvent et aussi longtemps que vous le souhaitez**, parfois en se relayant entre les 2 parents.*

Il peut se faire par exemple lorsque le bébé est très agité et/ou qu'il n'arrive pas à téter, après le bain, après un soin, ou juste pour le plaisir.

Service Maternité · Obstétrique



02 31 27 25 25



Bâtiment Sud FEH
Avenue de la Côte de Nacre
14033 Caen cedex 9



Le site
de la maternité

