

### **Quand faire du peau à peau ?**

**Juste après la naissance** pour permettre une transition en douceur entre la vie intra-utérine et le monde extérieur.

En cas d'allaitement maternel, il est recommandé de ne pas interrompre le peau à peau avant la fin de la première tétée.

Le peau à peau présente également un grand intérêt pour les nouveau-nés nourris artificiellement.

Le papa appréciera également beaucoup le peau à peau avec son bébé.

NB: Si l'activité ne permet pas aux professionnels de surveiller votre enfant, le peau à peau ne vous sera pas proposé.

**En suites de couches et à la maison**, n'hésitez pas également à renouveler l'expérience, pour tous les bénéfices précédemment cités !

**N'hésitez pas à en parler avec l'équipe soignante !**



## ***FAIRE DU PEAU A PEAU AVEC SON BEBE***



### **Pourquoi faire du peau à peau avec votre enfant?**

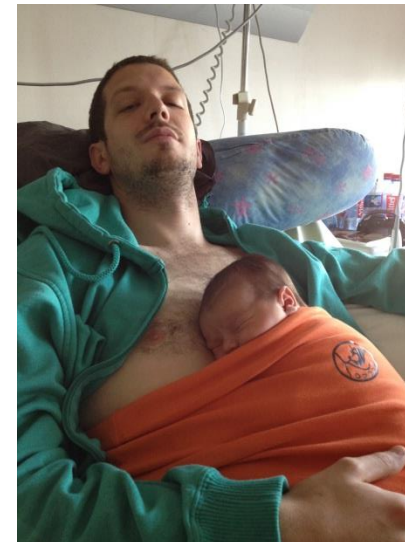
**Instauration du lien parent-enfant** : il augmente la sécrétion d'ocytocine (hormone de l'attachement), mais aussi l'attention et la sensibilité aux signaux du bébé, les interactions vocales entre les parents et l'enfant.

**Facilite l'adaptation à la vie extra-utérine** : il régule sa température, stabilise la fréquence cardiaque, améliore les glycémies, abaisse les hormones de stress

**Facilite l'allaitement** : il facilite la prise du sein pour la première tétée ou en cas de difficultés, met en jeu les compétences innées du nouveau-né dans la recherche du sein, rassure la mère et l'enfant, renforce la mère dans ses compétences, augmente la durée de l'allaitement et la sécrétion d'ocytocine (hormone de l'éjection du lait).

**Amélioration du bien-être des bébés et des parents** : les bébés pleurent moins, les parents sont moins stressés, renforcés dans leurs capacités à être parents.

**Antalgique pour la mère et l'enfant.**



### **Quels sont les risques du peau à peau ?**

S'il n'est pas réalisé dans de bonnes conditions, le peau à peau peut présenter des risques pour l'enfant :

**Hypothermie (température trop basse)** : s'il n'est pas assez en contact avec la peau (ventre à ventre), ni assez couvert (bonnet, couverture chaude).

**Chute** : en cas d'endormissement du parent, si l'enfant n'est pas maintenu par un bandeau ou un vêtement.

**Malaise grave par obstruction des voies respiratoires.**

### **Comment vous installer en toute sécurité ?**

- Installez-vous demi-assis pour mieux voir votre bébé,
- Il doit être nu ou en couche,
- son ventre contre votre ventre nu
- sa tête est posée sur la partie dure de votre thorax, tournée sur le côté, le nez et la bouche dégagés, pour bien respirer
- Il est recouvert d'une couverture chaude et d'un bonnet,
- Dans l'idéal, il est maintenu par un bandeau ou un vêtement adapté type débardeur en jersey ou chemise),
- Mettez la barrière de sécurité quand il y en a une, et assurez-vous que la sonnette est à portée de main.

Eteignez la TV et votre téléphone portable : **vous devez être attentif à votre bébé pour vous assurer qu'il respire bien** (nez et bouche dégagées, coloration rose du bébé) **et qu'il est bien couvert.**