

Le contact peau à peau : un plaisir partagé



Le contact peau à peau s'inspire de la méthode kangourou. Cette méthode colombienne créée en 1978 vise à garder le bébé prématuré en contact avec la peau humaine pour combler le manque d'incubateurs spécialisés. Aujourd'hui, on recommande le contact peau à peau pour tous les bébés.

Qu'est-ce que le contact peau à peau ?

Le contact peau à peau consiste à poser le bébé nu sur la poitrine nue de sa mère ou de l'autre parent. **Le Centre des naissances du CHUM favorise cette pratique pour tous les bébés quand la santé du nouveau-né et de la mère le permettent.** La méthode convient donc aux bébés nourris au sein ou aux préparations commerciales. Elle convient aussi aux prématurés.

Le premier contact peau à peau avec le bébé est conseillé à la mère dès la naissance. Il peut être répété aussi souvent que souhaité, à l'hôpital et à la maison.

Dans le cas d'une césarienne, il est souvent possible d'établir le contact peau à peau en salle d'opération et en salle de réveil. Pour ce faire, la mère doit être accompagnée de l'autre parent ou d'un proche.

Bienfaits

Pour la mère et le bébé

- > Facilite la transition après la naissance
- > Favorise la détente après l'accouchement
- > Maintient la température du bébé grâce à la chaleur qui se dégage de la peau
- > Stabilise la glycémie (taux de sucre dans le sang), les battements de cœur et la respiration du bébé
- > Augmente le sentiment de sécurité : le bébé reconnaît bien les battements du cœur et l'odeur de sa mère
- > Procure un effet calmant
- > Renforce l'instinct du bébé à prendre le sein
- > Facilite la prise du sein et l'allaitement
- > Diminue le risque de saignements (hémorragie) de l'utérus
- > Favorise la production de lait maternel
- > Permet au bébé d'appivoiser le toucher humain
- > Favorise le sentiment d'attachement
- > Favorise le sentiment de confiance de la mère
- > Peut aider à diminuer la douleur du bébé, par exemple lors de prélèvements de sang



Pour l'autre parent

- > Favorise le sentiment d'attachement
- > Favorise le sentiment de confiance de l'autre parent
- > Permet de développer une sensibilité aux besoins du bébé
- > Favorise une relation privilégiée
- > Facilite la découverte de l'autre

Vous vous habituerez rapidement à ce beau contact avec votre bébé.

C'est un petit plaisir que vous voudrez répéter!



Bonne grossesse et au plaisir de vous voir lors de la naissance de votre bébé!

À qui m'adresser pour poser des questions?

N'hésitez pas à discuter du contact peau à peau avec le médecin et le personnel du Centre des naissances.



RESSOURCES UTILES

Infirmières en périnatalité du CLSC de votre quartier.

Pour trouver votre CLSC par téléphone :

> **1 877 644-4545 (sans frais)**

Pour une recherche par code postal :

> sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/

Guide *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans* : un exemplaire de cet ouvrage vous a été remis à la première visite.

Vous pouvez aussi le consulter sur Internet :

> inspq.qc.ca/mieux-vivre

Pour en savoir plus sur la grossesse, l'accouchement ou le suivi, venez visiter notre site Internet.



Des vidéos, d'autres fiches et plus encore vous attendent :

centredesnaissanceschum.com

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca