

Le contact peau à peau *une expérience inoubliable...*

Le contact peau à peau
une expérience inoubliable...

Visitez les organismes
communautaires de votre municipalité pour connaître les
différents services offerts.

Document produit dans le cadre du projet
périnatalité et allaitement maternel.

Lettrage Webline inc.

(1) JACK NEWMAN (traduit de l'anglais par Stéphanie DUPRAS), L'importance du contact peau à peau, s.l., s.é., 2005.

(2) NICOLE DORÉ et Danièle LE HÉNAFF, Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans : Guide pratique pour les mères et les pères, Québec, Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux, 2006.

(3) AGENCE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DE CHaudière-Appalaches, Le mini-album : le lait maternel, tout prêt...

tout près, Sainte-Marie-de-Beauce, ASSS de Chaudière-Appalaches, s.d., p.15.

(4) MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, Les services intégrés en périnatalité et pour la petite enfance à l'intention des familles vivant en contexte de vulnérabilité : guide pour soutenir le développement de l'attachement sécurisant de la grossesse à 1 an, Québec, Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux, 2005, p. 80.



CENTRE RÉGIONAL
DE SANTÉ ET DE
SERVICES SOCIAUX
DE LA BAIE-JAMES



*dès la naissance... les premiers jours...
de mois en mois...*



Dès la naissance...

Le contact peau à peau permet une transition en douceur entre le ventre de maman et le monde extérieur.

Le peau à peau immédiatement après la naissance a de nombreux avantages pour votre bébé¹ :

- Maintient et stabilise sa température corporelle;
- Stabilise le rythme respiratoire et cardiaque;
- Stabilise le taux de sucre dans le sang;
- Sécurise, car il entend des sons familiers (voix, cœur) et sent votre odeur;
- Calme le bébé;
- Facilite la prise du sein².

Dès la naissance ou dès que possible, votre bébé sera installé nu, directement sur le ventre de la maman recouvert d'un bonnet et d'une couverture chaude. Si l'état du bébé est stable, il pourra demeurer ainsi au moins 30 minutes ou aussi longtemps que désiré. Vous pourrez alors, apprendre à connaître votre bébé et votre bébé fera de même avec vous.

Si la naissance doit se faire par césarienne ou qu'une situation rend la maman inaccessible, votre bébé sera installé sur son papa ou une personne significative.

Les premiers jours...

Vous serez invités à effectuer le contact peau à peau aussi souvent et aussi longtemps que vous ou votre enfant le désirerez. Ce contact privilégié répond au besoin essentiel d'être touché. Ce besoin est particulièrement important pour les nourrissons.

Pourquoi faire du peau à peau³?

- Le contact peau à peau est calmant; il est sécurisant pour l'enfant et diminue la durée des pleurs.
- Le contact peau à peau est apaisant; ce contact apaise et détend à la fois bébé et la personne qui le pratique. Il diminue le stress, améliore l'oxygénation et favorise l'endormissement.
- Le contact peau à peau est réconfortant; il permet de mettre en place un lien intime, privilégié et favorise le processus d'attachement. Votre enfant retrouve son milieu d'avant la naissance : votre cœur, votre odeur, votre chaleur et votre respiration.
- Le contact peau à peau est nourrissant; l'allaitement au sein nécessite un contact peau à peau. L'enfant est confortablement installé tout près de sa mère, la voit et la sent.

De mois en mois...

Le portage consiste à utiliser un porte-bébé afin d'avoir votre petit trésor tout près de vous tout en vaquant à vos occupations quotidiennes. L'enfant développera un sentiment de sécurité lorsque le ou les adultes qui s'en occupent répondent bien et rapidement à ses besoins. Une fois la confiance établie, votre enfant se sentira à l'aise d'explorer son environnement⁴.

Le portage :

- Favorise le développement du lien d'attachement;
- Offre chaleur et réconfort à l'enfant ;
- Permet une surveillance constante de l'enfant lors de l'exécution des tâches ménagères;
- Pratique, il facilite les courses et les promenades avec l'enfant;
- Renforce le sentiment de compétence et de confiance en soi des parents;
- Favorise la détection rapide des besoins de l'enfant et une communication étroite;
- Peut, avec les mouvements rythmés qu'offrent vos pas et votre proximité, calmer bébé lors des coliques;
- Diminue les tensions musculaires des parents.