



INFORMATIONS THÉRAPEUTIQUES

---

# LE PEAU À PEAU

## UN PLAISIR PARTAGÉ



PÔLE FEMME-ENFANT

DÉPARTEMENT DE GYNÉCOLOGIE OBSTÉTRIQUE  
ET REPRODUCTION HUMAINE • SERVICE D'OBSTÉTRIQUE

## AVANT-PROPOS

*Le peau à peau est un soin à part entière qui s'inspire de la "méthode Kangourou", dont les bénéfices sont aujourd'hui largement reconnus. Il consiste à poser le nouveau-né nu contre la poitrine également nue d'un des parents.*

*Après la naissance du bébé, la poitrine de sa maman correspond à l'environnement le plus favorable pour lui. Il y retrouve des repères sensoriels déjà connus in utéro : rythme cardiaque, chaleur du corps, voix de ses parents, odeur du liquide amniotique...*

*Ce soin convient à tous les enfants, allaités ou nourris au biberon, quels que soient les conditions et le terme de naissance, et bien au-delà des premières heures.*

*Pour les enfants nés prématurément ou hospitalisés dès la naissance, le peau à peau fait également partie des soins.*



## À LA NAISSANCE : UNE TRANSITION TOUT EN DOUCEUR

Le contact peau à peau contre la mère est recommandé dès les premières heures, lorsque la santé de la mère et de l'enfant le permettent. En peau à peau, le nouveau-né se réchauffe et maintient sa température plus facilement. Sa respiration et les battements de son cœur sont plus stables, ainsi que sa glycémie (taux de sucre dans le sang).

Ce moment partagé aide aux premiers échanges de regard entre l'enfant et ses parents ; il permet l'expression des réflexes archaïques du nouveau-né.

Si la mère n'est pas disponible (césarienne, nécessité de soin, grande fatigue...), le peau à peau est proposé à l'autre parent.

La naissance par césarienne ne contre-indique pas le peau à peau avec la mère. Il n'est cependant pas toujours possible de le faire en salle d'opération ou lors de la surveillance immédiate post-opératoire.

Dès le retour en chambre de la mère, l'installation en peau à peau avec le bébé peut-être proposée.





## LES JOURS SUIVANTS : LES BIENFAITS DANS LA DURÉE

Le contact peau à peau est aussi bénéfique pour le bien-être du bébé que pour ses parents.

Aussi, il peut être prolongé les jours et semaines suivant la naissance.

### APaiser le nouveau-né et augmenter son sentiment de sécurité

Le nouveau-né en peau à peau pleure moins. Ses sens sont stimulés. Son sommeil s'organise plus facilement.

### Favoriser l'établissement du microbiote intestinal de votre bébé

Votre bébé prend connaissance des bactéries de votre peau et de son environnement familial lors du peau à peau, que ce soit avec sa mère ou son co-parent. Il va ainsi former son propre microbiote au fil des jours.

### Apprendre à se connaître

Le peau à peau aide les parents à "prendre soin" de leur enfant et favorise leur sentiment de confiance. Ils peuvent ainsi repérer plus facilement les besoins et compétences de leur nouveau-né.

### Favoriser les liens affectifs

Le nouveau-né recherche le contact et la proximité sécurisante de ses parents, ce qui favorise un lien d'attachement solide et durable.

## SE PRÉPARER À L'ALLAITEMENT MATERNEL

- Le peau à peau renforce l'instinct du tout petit à rechercher et prendre le sein.
- La mère peut reconnaître plus facilement les petits signaux qui vont faciliter les tétées en éveil calme.
- Pour la mère, le peau à peau favorise la sécrétion de l'ocytocine, une des hormones de la lactation et de l'attachement.

## DU CONSEIL AU CHOIX



### NOTRE CONSEIL

N'hésitez pas à échanger avec l'équipe qui vous accompagne.

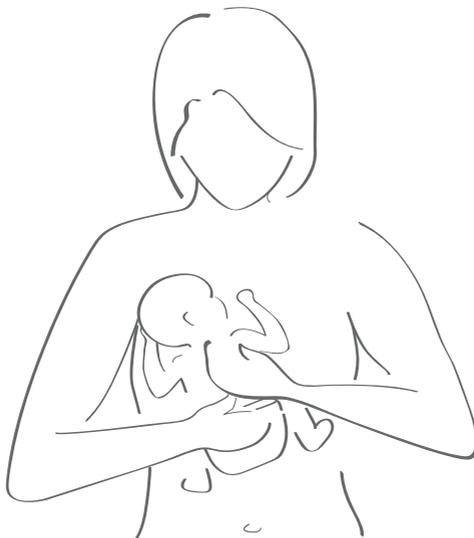
Le peau à peau est un choix des parents : si cela ne vous convient pas, ce n'est pas une obligation. Chaque parent trouvera la meilleure façon pour lui de prendre soin de son enfant.

Si le peau à peau vous plaît, il peut se faire aussi souvent et aussi longtemps que vous le souhaitez, à la maternité ou à la maison, parfois en se relayant entre les deux parents. Il peut se faire, par exemple, lorsque le bébé est très agité et/ou qu'il ne veut pas téter, après le bain, après un soin, ou juste pour le plaisir.

## EN PRATIQUE : LE PEAU À PEAU EN TOUTE SÉCURITÉ

Lors des premières séances de peau à peau, il est primordial que les professionnels soient présents à vos côtés pour s'assurer de la bonne installation.

- **Pour vous installer**, vous devez être en position semi-assise.
- **Votre enfant est nu**, en couche, avec un bonnet sur la tête si nécessaire.
- **Il est posé à plat** ventre contre votre thorax au-dessus des seins.
- **Ses hanches sont fléchies** "en grenouille".



### LORSQUE LE BÉBÉ EST EN PEAU À PEAU :

sa tête est tournée sur le côté,  
son visage est toujours visible,  
sa bouche et son nez sont bien dégagés,  
vos regards doivent pouvoir se croiser.

- Il est important que vous observiez votre bébé pendant toute la durée du peau à peau.
- Vous pouvez être recouvert(e) d'une couverture ou d'une chemise, à condition que son visage reste bien dégagé.
- Vous pouvez également utiliser un bandeau de peau à peau.
- La position debout doit rester occasionnelle : uniquement si le bébé est maintenu par un tissu (bandeau de peau à peau), ses fesses soutenues par vos mains afin qu'il ne puisse pas glisser. **Le bandeau n'est pas un porte bébé.**
- Si vous ressentez l'envie de dormir, il est préférable de faire cesser le peau à peau ou de passer le relai à votre conjoint(e).

Les professionnels sont là pour vous accompagner.



# PÔLE FEMME-ENFANT

DÉPARTEMENT DE GYNÉCOLOGIE OBSTÉTRIQUE  
ET REPRODUCTION HUMAINE • SERVICE D'OBSTÉTRIQUE

---

HÔPITAL SUD

16, boulevard de Bulgarie • 35203 Rennes cedex 2

•  
CONTACTEZ LE SECRÉTARIAT

Tél. : 02 99 26 71 20