

C'est mon jour de naissance, serre-moi dans tes bras!

Le contact peau contre peau entre vous et votre bébé

Qu'est-ce que le contact « peau contre peau »?

Le contact peau contre peau signifie que votre bébé est placé sur le ventre, directement sur votre poitrine, tout de suite après sa naissance. Votre fournisseur de soins essuie votre bébé, lui met un petit bonnet et le couvre avec une couverture chaude, puis le place sur votre poitrine. Les premières heures au cours desquelles le bébé est blotti contre vous, peau contre peau, vous permet à tous les deux de vous connaître. Elles ont également des avantages importants pour la santé. Si le bébé doit d'abord être vu par le pédiatre, ou si vous avez eu un accouchement par césarienne, vous pouvez le démailloter et le caresser peu de temps après la naissance. Un nouveau-né a besoin du contact peau contre peau, mais c'est parfois exigeant pour une nouvelle maman. Vous pouvez commencer lentement et apprendre à connaître votre bébé.

L'allaitement au sein

Le fait de blottir votre bébé contre vous est la meilleure façon de commencer l'allaitement au sein. Huit différentes études de recherche ont montré que les bébés ayant un contact peau contre peau tètent mieux. Ils continuent aussi de se nourrir au sein en moyenne six semaines de plus. L'American Academy of Pediatrics recommande que tous les bébés nourris au sein aient un contact peau contre peau avec leur mère tout de suite après la naissance. Le fait de garder votre bébé peau contre peau au cours de ses premières semaines vous permettra de savoir facilement quand le nourrir, surtout s'il est un peu endormi.

Une transition en douceur

Votre poitrine est le meilleur endroit pour permettre à votre bébé de s'adapter à la vie extérieure. Par comparaison aux bébés qui sont emmaillotés ou laissés dans un berceau, les bébés ayant un contact peau contre peau conservent mieux leur température, ils sont plus calmes, ils pleurent moins et ils ont un meilleur taux de sucre dans le sang.

La formation de liens affectifs

Le contact peau contre peau peut avoir un effet sur la façon dont vous formerez des liens avec votre bébé. Des chercheurs ont observé des mères et leurs nourrissons au cours des premiers jours suivant la naissance et ils ont remarqué que les mères qui avaient un contact peau contre peau avec leur bébé le touchaient et le caressaient plus souvent. Même un an plus tard, les mères qui avaient eu un contact peau contre peau avec leur bébé blottissaient leur bébé contre elle plus souvent au cours d'une visite chez le pédiatre.



Photo © Pascale Wowak

Le contact peau contre peau en dehors de la salle d'accouchement

Continuez à donner un contact peau contre peau à votre bébé après avoir quitté l'hôpital – votre bébé restera au chaud et il sera confortable sur votre poitrine et les avantages pour former des liens affectifs, apaiser le bébé et l'allaiter au sein continueront probablement longtemps après la naissance. Le contact peau contre peau peut aider votre bébé à s'intéresser à l'allaitement s'il est endormi. Le papa peut aussi blottir son bébé contre lui. Les pères et les mères qui tiennent leur bébé peau contre peau l'aident à rester calme et à être confortable.

Au sujet de la recherche

Au cours des trente dernières années, de nombreuses études ont montré les avantages d'un contact peau contre peau. Dans toutes les études décrites ici, les mères ont été réparties au hasard entre celles qui donnaient un contact peau contre peau à leur bébé et celles qui restaient à distance. Pour de plus amples renseignements, consultez ANDERSON, G. C, et coll. « Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants », [Systematic Review] *Cochrane Pregnancy and Childbirth Group Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2, 2005.



Massachusetts
Breastfeeding
Coalition

254 Conant Road, Weston, MA 02493
www.massbfc.org | © MBC and Alison Stuebe