

# 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, prématurés ou non.

## 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 son père.

**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, qu'ils soient nés par voie vaginale ou césarienne.

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 la maison.

Dans le cas d'une césarienne planifiée, il est 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 son conjoint 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 votre peau
- > Stabilise la glycémie (taux de sucre sanguin), les battements de cœur et la respiration du bébé
- > Augmente le sentiment de sécurité : le bébé reconnaît bien les battements de votre cœur et votre odeur
- > Procure un effet calmant : le bébé pleure moins
- > Renforce l'instinct du bébé à prendre le sein
- > Facilite la prise du sein et l'allaitement
- > Prévient les 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 maternelle

## Pour le père

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

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

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!

L'équipe de soins du Centre des naissances  
Hôpital Saint-Luc du CHUM  
1058, rue Saint-Denis  
Montréal QC H2X 3J4



### RESSOURCES UTILES

Clinique de périnatalité du CHUM

> 514-890-8000, poste 36396

lundi au vendredi, 8 h à 16 h

Infirmières en périnatalité du CLSC.

Pour trouver votre CLSC par code postal :

> <http://wpp01.msss.gouv.qc.ca/appl/M02/M02RechInfoSante.asp>

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 :

> [www.inspq.qc.ca/mieuxvivre](http://www.inspq.qc.ca/mieuxvivre)

Sites Internet :

> <http://mamidearest.ca/fr/info/newman/01a-peau.htm>

> [www.naitreetgrandir.net/fr/Etape/0\\_12\\_mois/Soins/Fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-contact-peau-a-peau-methode-kangourou](http://www.naitreetgrandir.net/fr/Etape/0_12_mois/Soins/Fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-contact-peau-a-peau-methode-kangourou)

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 CHUM  
[www.chumontreal.com](http://www.chumontreal.com)

4 005 026