

Les bienfaits du contact **peau à peau** pour votre bébé



Régule la
température
du corps



Stabilise le rythme
cardiaque et la
respiration



Stabilise le taux
de sucre



Favorise
l'attachement
parent-enfant



Facilite l'allaitement



Diminue le stress



Des moments de contact peau à peau en toute sécurité



Dans les premières heures, les premiers jours et les premières semaines de vie de votre bébé, pratiquer le peau à peau l'apaise et le réconforte. C'est un moyen privilégié pour découvrir votre bébé et développer un lien affectif. Le contact peau à peau peut également faciliter l'allaitement s'il est fait sur la poitrine de maman.

Installez-vous confortablement

Idéalement dans un fauteuil inclinable, le dos bien appuyé.



Aidez votre bébé à se positionner



Installez bébé en position verticale contre votre thorax, les épaules et la poitrine face au parent, les jambes et les bras fléchis avec les mains près de sa bouche. Sa tête doit être à porter de bisous.

Recouvrez votre bébé d'une couverture



Cela lui permettra de conserver sa chaleur et d'être confortable.

Favorisez le contact peau à peau



Placez bébé simplement vêtu d'une couche, ventre nu contre poitrine nue.

Dégagez le visage de bébé



La tête de bébé est tournée sur le côté et son nez est légèrement relevé pour faciliter sa respiration. Le visage doit être visible en tout temps.

Assurez la sécurité

Lorsque le parent ressent de la fatigue et souhaite dormir, l'enfant doit être déposé sur le dos dans son propre lit ou confié à une autre personne éveillée qui peut en prendre soin.

