

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
parents/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 supporté.



Favorisez le contact peau à peau

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

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.



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.

Recouvrez votre bébé d'une couverture



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



Assurez la sécurité

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

