

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



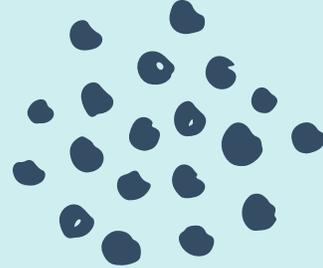
Facilite l'allaitement



Diminue le stress



Les bienfaits du contact peau à peau pour votre bébé



Dans les premières heures, les premiers jours et premières semaines de vie de votre bébé, pratiquer le peau à peau l'apaise et le réconforte. Il suffit de placer votre bébé, simplement vêtu d'une couche, directement sur votre poitrine et de le recouvrir d'une couverture. En plus d'offrir de doux moments, le contact peau à peau offre de nombreux bienfaits :

Régule la température du corps



La chaleur produite lors du contact peau à peau se transmet au bébé, ce qui l'aide à stabiliser la température de son corps.



Favorise l'attachement parent-enfant

Le contact peau à peau favorise une meilleure réaction aux comportements du bébé et renforce le lien parent-enfant.

Stabilise le rythme cardiaque et la respiration



Le rythme cardiaque et la respiration du bébé en contact peau à peau se stabilisent plus rapidement, particulièrement si celui-ci est pratiqué dès la naissance.



Facilite l'allaitement

Le contact peau à peau facilite la mise au sein et augmente la production de lait. Pour la mère, il favorise aussi des sentiments positifs à l'égard de l'allaitement.

Stabilise le taux de sucre



Cela diminue donc le risque d'hypoglycémie, c'est-à-dire que le taux de sucre dans le sang du bébé soit trop bas.



Diminue le stress

Le contact peau à peau favorise la détente du bébé. Chez les parents, il diminue le stress et l'anxiété, a un effet bénéfique sur l'humeur et diminue le risque de dépression.

