



---

## LE PEAU-À-PEAU



**Toute l'équipe de la maternité tient à vous féliciter pour cet heureux évènement et vous souhaite la bienvenue. Dès la salle de naissance, si votre état médical et celui de votre bébé le permettent, les sages-femmes vous proposeront d'accueillir votre bébé dans vos bras et de faire du peau à peau.**

---

## Qu'est-ce que le peau-à-peau?

Au cours du peau-à-peau, le bébé est installé déshabillé sur le thorax nu et recouvert d'une couverture chaude, ou à l'aide d'un bandeau.

Il permet de maintenir une proximité maximale entre les parents et le nouveau-né.

## Quels en sont les bienfaits?

**Pour les parents**, il favorise:

- l'attachement entre le bébé et ses parents
- le confort, la détente, le repos, le plaisir et les interactions agréables
- la confiance parentale
- la montée de lait et l'allaitement

**Pour le nouveau-né**, il favorise :

- le sentiment de sécurité du ventre maternel (bruits du cœur, respiration, odeurs,...)
- le maintien de la température
- le sommeil
- le maintien des réserves énergétiques
- la diminution du stress
- la diminution de la douleur (naissance difficile)
- la diminution des reflux alimentaires
- ...

## Combien de temps?

- Le plus longtemps et souvent possible
- Lors de vos soins, repas, occupations, ...

## Pour qui?

La mère, le père, la/le co-parent.e, l'accompagnant.e, ...



## Méthode et position

- bébé déshabillé avec son linge + bonnet
- ventre contre ventre
- visage visible au-dessus du bandeau
- nez et bouche dégagés
- tête tournée d'un côté
- jambes repliées (position grenouille)

## Recommandations

Pour la première installation, il est important de le faire avec l'aide de votre sage-femme et dès que besoin.

L'adulte est confortablement installé, en sécurité. Si vous vous sentez fatigué et que vous pourriez vous assoupir, assurez-vous d'être allongé sur un lit/canapé/fauteuil avec des accoudoirs, avec des coussins pour vous soutenir.

Ne pratiquez pas le peau-à-peau si vous prenez des médicaments/ drogues / alcool altérant votre état d'éveil ou votre sommeil.

Quand votre bébé n'est plus en peau à peau, pensez à bien le couvrir pour qu'il ne se refroidisse pas.

## Matériel

### Bandeaux ou écharpe de portage

Des bandeaux de portages sont disponibles au sein de votre maternité; n'hésitez pas à en parler à l'équipe qui vous accompagne.

Les bienfaits du peau à peau restent importants les premières semaines; n'hésitez pas à continuer à la maison. L'équipe des sages-femmes et des pédiatres est à votre disposition pour vous accompagner lors de votre séjour et répondre à vos questions.



# Maternité du CHU Saint-Pierre

Unités 508 - 608



---

CHU Saint-Pierre/Site Porte de Hal  
rue Haute 322 - 1000 Bruxelles

T. 02/535.31.11

[WWW.STPIERRE-BRU.BE](http://WWW.STPIERRE-BRU.BE)