

L'importance du contact avec la peau pendant l'allaitement

Dans un nombre infini d'émissions de télé et de films, les nouveau-nés qu'on tend à leur maman sont soigneusement emmaillotés dans une couverture. Mais dans la « vraie vie », des études confirment que le contact entre votre peau et celle de votre enfant est le meilleur moyen d'aider votre bébé durant cette période importante. Ce contact privilégié comporte une longue liste d'avantages, pour l'enfant comme pour vous.



Le contact de sa peau avec la vôtre crée une merveilleuse couverture protectrice pour votre nouveau-né. Au cours des quatre à six mois suivant sa naissance, votre bébé vivra une transition importante et le froid peut provoquer du stress. Le contact de peau à peau est encore plus efficace que les traditionnels nids d'ange et autres couvertures utilisés dans les hôpitaux.

Un contact de peau à peau immédiatement après la naissance :

- facilite la transition du bébé et l'aide à récupérer plus rapidement du stress provoqué par la venue au monde;
- réchauffe le bébé plus que le ferait n'importe quel appareil de chauffage;
- réduit les pleurs chez le bébé. Les bébés qu'on enlève à leur mère pleurent jusqu'à 90 fois plus souvent que s'ils ont des contacts avec la peau de leur mère. Pleurer entraîne du stress et gaspille de l'énergie. Si la maman n'est pas disponible, un contact avec la peau de son compagnon ou de sa compagne ou d'une personne de soutien est également bénéfique;
- libère des hormones apaisantes sécrétées par la maman. Ce sont les mêmes hormones qui l'aident à tisser des liens avec son bébé. Les bébés qui ont un contact avec la peau de leur mère boiront au sein plus longtemps que les bébés qui n'en auront pas;
- aide le bébé à bien attraper le sein;
- renforce le système immunitaire de l'enfant. Le corps des bébés – et particulièrement leurs intestins – a besoin de bactéries saines que lui fournit le corps de leur mère. Les bactéries saines de la maman protègent le bébé contre les bactéries malsaines.

Les premières heures suivant la naissance

Regardez une vidéo montrant le contact de peau à peau (en anglais seulement)

Ressources et liens complémentaires

Healthlink BC – L’allaitement maternel

www.healthlinkbc.ca/health-topics/hw91687 (en anglais seulement)

et www.healthlinkbc.ca/hlbc/files/documents/healthfiles/hfile70-f.pdf

Healthlink BC – Bonding with your Newborn (Tisser des liens avec votre nouveau-né)

www.healthlinkbc.ca/health-topics/te6308 (en anglais seulement)