



## Le peau à peau ou portage kangourou



Le “peau à peau” ou portage kangourou est une méthode de portage où le bébé est installé déshabillé, avec une couche, sur le thorax nu de ses parents.

Dès 1983, l’Unicef reconnaît les bienfaits du “peau à peau”. Depuis lors, il est considéré comme un soin à part entière, réalisé par les parents et s’inscrit dans un contexte d’humanisation des soins en s’adaptant à la réalité des structures hospitalières.


Le “peau à peau” donne l’opportunité au bébé et à ses parents de vivre une expérience unique. Ensemble, parents et bébé profitent de l’impact de ce contact privilégié sur l’attachement.

Le corps des parents est l’environnement le plus adapté au bébé prématuré jusqu’à son terme (chaud, sécurisant..).

Auprès de sa maman, le bébé retrouve les odeurs et les bruits corporels qu’il avait dans l’utérus (voix, bruit du cœur, de la respiration, odeur de maman..).

Auprès de papa, il y retrouve bien-être et sécurité, il reconnaît la voix de papa.

Différentes études scientifiques nous décrivent les bénéfices du “peau à peau” tant pour le bébé que pour ses parents.





#### Pour le bébé :

- \_ Sentiment de se sentir en sécurité et en confiance
- \_ Favorise la durée et la qualité du sommeil.
- \_ Diminue les pauses respiratoires et les ralentissements cardiaques.
- \_ Stabilise les besoins en oxygène
- \_ Facilite le maintien de la température. La température de la poitrine de maman ou papa peut augmenter ou baisser d'un degré pour s'adapter à la température du bébé.
- \_ Diminue la douleur
- \_ Diminue l'agitation et facilite l'organisation du bébé
- \_ Diminue les reflux alimentaires
- \_ Facilite les réserves d'énergie, et favorise ainsi la prise de poids du bébé.

#### Pour maman ou papa :

- \_ Favorise la production de lait maternel
- \_ Renforce l'attachement entre le bébé et ses parents.
- \_ Augmente la confiance des parents dans leurs capacités à soigner leur bébé et à être les personnes les plus importantes pour lui.
- \_ Diminue la frustration des parents due au manque de contact physique avec leur bébé.
- \_ Permet aux parents d'apprendre plus vite à décoder les besoins de leur bébé.

**Tout ceci soutient le développement neurosensoriel de votre bébé. C'est pour cela que nous vous encourageons à porter votre bébé le plus rapidement possible, de manière quotidienne et pour une durée la plus longue qu'il soit.**





## En pratique

Dès que possible, nous vous proposerons de porter votre bébé en peau à peau. Cela peut se faire également si votre bébé est appareillé à une CPAP, BIPAP ou respirateur et que son état général le permet.

Si les séances de peau à peau permettent au bébé de bien se reposer, les manipulations pour l'installer et le remettre dans la couveuse peuvent être un peu déstabilisantes pour lui. C'est pour cela que nous recommandons une durée de peau à peau la plus longue possible, et un minimum de 1h de portage.

Au début, les soignants installeront votre bébé sur vous, en l'emballant dans une alèse si nécessaire afin de le déstabiliser au minimum lors de sa sortie de couveuse. Les soignants vous accompagneront progressivement à sortir vous-même et à installer votre bébé contre vous afin de diminuer les manipulations.

Le "peau à peau" peut se faire à n'importe quel moment. Cependant, afin de respecter le sommeil de votre bébé et ne pas le réveiller à plusieurs reprises, nous essayons d'organiser cela autour des soins de votre bébé. Nous verrons avec vous la façon d'organiser les soins ensemble afin que vous puissiez être le plus possible avec votre bébé.

Malgré toute notre disponibilité pour vous permettre ces moments de peau à peau, l'activité du service est variable et dépend des urgences en salle ou en salle d'accouchement. Ainsi, il se peut que la charge de travail, l'organisation d'examen médicaux complémentaires ou certaines situations médicales interfèrent dans l'organisation de ces moments privilégiés.

Afin de profiter de longues périodes bénéfiques de peau à peau, des fauteuils sont à votre disposition à côté de la couveuse.

Au début des séances, votre bébé sera installé regroupé, en position latérale ou en position ventrale, en fonction de son support respiratoire et de ses cathéters.



La plupart du temps, après une période de peau à peau, votre bébé sera recouché dans sa couveuse et les soins seront réalisés en fonction de son état d'éveil.


En fonction de la stabilité de votre bébé, certains soins pourront être réalisés sur vos genoux (changer le linge par exemple).

Cela évite de rompre trop rapidement le contact entre vous et votre enfant en amenant une transition plus douce entre vos bras et la couveuse et lui permet de se rendormir sur vous avant d'être réinstallé dans la couveuse.

Le "peau à peau" favorise également l'allaitement maternel.

Progressivement, selon l'évolution du bébé, il sera installé contre le sein de maman afin réaliser un sein de contact puis petit à petit une tétée.






Après la période des soins intensifs, le bébé passe au “middle care”, ou au n\*, en unité moins intensive. Lorsque son poids et son âge le permettent, il passera en petit lit, d’abord installé sur un matelas chauffant puis un matelas classique.

Même en petit lit, le portage en peau à peau reste un moment privilégié et essentiel à partager avec votre bébé.

En effet, avant son terme prévu, votre bébé est encore censé se développer dans le ventre maternel et profite donc tout autant de ces périodes de réconfort, si importantes à son développement.

C’est pour cette raison que votre bébé sera couché dans son lit en body (ou peut rester juste en couche), enveloppé dans une alèse et installé dans un cocon, afin de lui garantir chaleur et enveloppement sécurisant. Cela permet également de pratiquer le peau à peau sans manipulation d’habillage et déshabillage pouvant le fatiguer.







Des écharpes de portages sont disponibles dans l'unité. Celles-ci vous permettent d'avoir les mains libres et peuvent également avoir un effet sécurisant. Votre bébé reste bien soutenu même si vous vous endormez.

**De retour à la maison, nous vous encourageons à poursuivre le peau à peau, afin de profiter encore et encore de ces moments de contact privilégié.**

