

# LE PEAU À PEAU: UN SOIN ESSENTIEL EN NÉONATOLOGIE



9 Décembre 2025

**Le peau à peau, aussi appelé méthode kangourou, consiste à placer le nouveau-né en couche contre la poitrine nue de l'un de ses parents. Ce contact prolongé est utilisé en néonatalogie sans modération comme un véritable outil dans la prise en soin.**

**Les prématurés sont particulièrement vulnérables du fait de leur immaturité physiologique. Le peau à peau leur apporte des bénéfices majeurs.**

**L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), l'UNICEF et les sociétés de néonatalogie recommandent et encouragent vivement cette pratique. Elle améliore à la fois le pronostic médical, le lien familial et l'expérience du séjour hospitalier.**

## Bénéfices pour votre bébé:

Le peau à peau aide à stabiliser la température, le rythme cardiaque et la respiration de votre bébé.

On observe une amélioration de la saturation en oxygène, une fréquence respiratoire plus régulière ainsi qu'une diminution des apnées (pauses respiratoires) et des bradycardies (diminution du rythme cardiaque).

Ce contact étroit avec votre bébé favorise également une meilleure tolérance alimentaire et agit sur la qualité de son sommeil.

Il permet de diminuer son stress grâce à la baisse du cortisol et à la hausse de l'ocytocine (l'hormone du lien et de l'apaisement). Ce bien-être se répercute alors sur ses pleurs et ses réactions à la douleur qui seront moins importants lors des soins.

## Bénéfices pour vous, parents

Les bienfaits du peau à peau vous concernent aussi. Il permet de réduire l'anxiété, le stress et le risque de dépression du post-partum. Il renforce le lien d'attachement entre vous et votre bébé de part un rapprochement physique. Il permet de valoriser votre rôle et de renforcer vos compétences parentales.

En pratiquant le peau à peau, vous stimulez votre production d'ocytocine qui est l'hormone du plaisir et de l'attachement ce qui favorise la détente, la confiance en soi et l'apaisement.

## Véritable allié de l'allaitement maternel

Le peau à peau joue un rôle essentiel dans l'allaitement maternel. Il stimule la sécrétion d'ocytocine et de prolactine, favorisant la montée de lait et le réflexe d'éjection. Ce contact soutient une mise en place harmonieuse de la lactation, renforce le lien affectif et augmente la réussite et la durée de l'allaitement.

# LE PEAU À PEAU: UN SOIN ESSENTIEL EN NÉONATOLOGIE (SUITE)



## En pratique:

Même chez les très grands prématurés, le peau à peau peut être pratiqué. Les équipes médicales et paramédicales décideront de la faisabilité de ce soin en fonction de l'état de santé de votre bébé. Quelque soit la durée, toute séance de peau à peau sera bénéfique pour vous et votre enfant. Il se pratique dans un endroit calme et une installation confortable de votre bébé et vous-même est indispensable. Les équipes vous accompagneront dans cette installation pour que vous soyez totalement autonome par la suite dans cette pratique.

Lors du peau à peau, le parent s'engage à être vigilant par rapport à la position de son bébé.

## Installation en peau à peau:

En position semi allongée, jambes sur un repose-pied ou non, vous serez torse nu avec un bandeau de peau à peau pour soutenir votre bébé. Un coussin d'allaitement pourra également venir soutenir vos coudes.

Votre bébé, en couche, sera directement poser sur votre torse en position ventrale. L'équipe soignante veillera à regrouper ses jambes et ses mains pour retrouver la position fœtale qu'il connaît si bien. Sa tête sera sur le côté pour libérer ses voies aériennes.

Le bandeau de peau à peau ou un lange sera déposé sur son dos pour préserver sa chaleur. Les soignants surveilleront ses constantes sur l'écran du scope et vous serez attentif à ce que son nez soit toujours bien dégagé.

Ainsi installés, profitez de ce moment de douceur, de sérénité et d'apaisement.

Le peau à peau est une pratique naturelle, douce et accessible à tous les parents. Elle renforce la connexion affective, soutient l'allaitement, apaise le stress et participe au bon développement physique, neurologique et émotionnel du bébé. Une véritable alliance de bien-être et de lien dès les premières semaines de vie .