https://labulleneomat.webnode.fr/benefices-du-peau-a-peau/



Bénéfices du peau à peau

Olivia Troupel, *Maître de conférences en Psychologie de l'enfant et de sa famille, UMR 5193 – LISST-Cers, Université Toulouse Jean-Jaurès, BECO, UFTMip Toulouse*

Flora Koliouli, *Dr psychologie enfant dans sa famille, BECO, UFTMip Toulouse*

Mélinda Bénard, *Néonatologiste, CHU Purpan et Infinity-INSERM, Toulouse, UFTMip Toulouse*

(Novembre, 2020)

Durant une étude menée auprès de nouveaux parents dont le nouveau-né prématuré était hospitalisé à l'UNM de Paule de Viguier à Toulouse, nous les avons questionnés afin de savoir pour eux quels étaient les avantages de faire du peau à peau avec leur bébé.

Bénéfices pour le bébé

Pratiquer le peau-à-peau apporte de nombreux bénéfices aux bébés prématurés. Parmi eux, certains sont évoqués *autant par les pères que par les mères* tels que :

- **Aide au développement** « *ça l'aide aussi à se développer plus vite et à aller mieux, de mieux en mieux, de jour en jour"(M2)*
- **Le bien-être du bébé** *« d'être sur mes parents et hop je suis enveloppée comme un petit koala et voilà, donc ouais, pour moi c'est ça les réactions d'apaisement, et de sérénité" (M2) « il est en sécurité, il peut rester en peau-à-peau avec moi trois, quatre heures. Il ne dit rien, il est paisible, il dort, il ne réclame rien quoi et après on voit que son rythme cardiaque par rapport au scope il est toujours constant donc voilà ..." (M3)*

https://labulleneomat.webnode.fr/benefices-du-peau-a-peau/

Les mères évoquent davantage :

- **Apaiser et rassurer le bébé** (*je pense que ça apaise " "Je sentais qu'elle, elle était bien et que du coup on communiquait bien (mère 2) « qu'elle s'apaise de suite, elle s'apaise, elle sent, " " petit à petit ça permet en fait vraiment un contact qui s'établit entre elle et moi" " ça l'apaise, vraiment son rythme cardiaque-il, je vois qu'il est super régulier " "j'ai eu l'impression que voilà, elle a beaucoup moins pleuré, ça l'a vachement apaisée, et je pense que ça l'a aidé peut-être je sais pas à.. Bah à faire son transit ou tout du moins à essayer de réguler la douleur qu'elle pouvait avoir quoi "*
- ***F*aciliter l'allaitement**

« C'est positif, je l'ai vu sur la montée de lait, ce genre de chose, j'ai vraiment vu les effets, la première fois où je l'ai mis en peau à peau. Après le soir je donnais plus de lait, c'est sûr qu'il y a quelque chose quoi. Y'a quelque chose de caché dans la peau à peau, ça c'est sûr."(M1)

« Quand je tire du lait, et ben si je suis en peau-à-peau je tire le lait, et le lait il vient beaucoup plus » (M3)



https://labulleneomat.webnode.fr/benefices-du-peau-a-peau/

- **Le sommeil du bébé est meilleur**

« " ça l'apaise direct. Quand j'le mets en peau à peau, dans les cinq minutes y a plus de sons, plus d'images ! ça marche assez bien la peau à peau » (M1)

- **La santé du bébé** :

« C'est sensé lui réguler son rythme cardiaque, fin voilà (M 4)

"et puis même sur son rythme cardiaque, sur sa température," (M 2) ; (M 2 " je pense que ça l'a aidé peut-être je sais pas à .. bah à faire son transit ou tout du moins à essayer de réguler la douleur qu'elle pouvait avoir quoi"),

(M 3) "Par exemple lui, il avait des problèmes de glycémie, et heu.. Quand je faisais par exemple du peau-à-peau avant par exemple le dextro (hémoglucotest), l'heure d'après le dextro. Donc on sent un peu comme si on guérissait l'enfant mais par voie naturelle".

. Bénéfices pour les parents :

Tous les parents soutiennent que le peau-à-peau **aide à mieux appréhender le caractère soudain de la naissance prématurée.**

Les mères évoquent davantage :

- **Le bien-être et le réconfort** (*Mère 1 "Mais après les bénéfices. Du réconfort je pense. Du réconfort et ...Du bien être quoi, c'est apaisant")* M1
- **Le fait de pouvoir avoir les mains libres** (*Mère1"Non mais j'sais pas, les bénéfices... Libérer les mains, un peu. Parce que malgré tout on n'a pas à être toujours. Quand on est allongée on n'a pas à toujours tenir dans les mains spécialement le bébé."* M1



https://labulleneomat.webnode.fr/benefices-du-peau-a-peau/

Les pères évoquent un peu plus de bénéfices différents :

- **S'apaiser et réduire le stress engendré par le contexte de la naissance prématurée**

« ça m'a permis de descendre de quelques degrés au niveau stress, et d'attendre le réveil de la maman plus sereinement, le fait de m'occuper de la petite " (P3).

" apparemment ça fait autant de bien à l'enfant qu'au parent quoi, qui le pratique." "j'pense que le parent ça renforce les liens avec son enfant. " ""ah oui oui ! le fait de la voir faire le peau à peau avec bébé, oui Oui ça... ça apaise tout ce côté hospitalier et de la naissance qui a été... Un peu difficile.(P1)

« c'est un moment où on peut se poser et faire un petit câlin avec le bébé donc c'est super chouette. Lui montrer qu'on est là. Enfin dans notre rôle aussi je trouve que ça nous responsabilise. Euh... Et puis c'est chouette quoi, j'aime bien ! " "Parce que surement que ça m'a un peu aidé et que ça m'a permis de m'apaiser... Parce qu'au début c'était un peu stressant quand même, comment ça s'était passé. (P2)

« C'est un sas de décompression c'est plus. plus, plus facile à passer l'après l'accouchement. » (P3)



- **Activer la parentalité, se sentir enfin actif**

« ça aide à créer des liens, et même le fait que le père se mette à faire du peau à peau ça crée encore plus de liens entre..beh...le nouveau-né, entre la femme et le mari.. tout le monde quoi je pense...ça resserre un peu le tout quoi" (P1)

« ça ne peut que aider à se sentir parent, ça c'est sûr ... pour le parent aussi bien-sûr parce que faut pas se mentir pendant la grossesse on a, notre place on a on est plus passif qu'actif et du coup ça fait du bien de passer à deux actifs après coup, c'est dans ce fait là que je trouve important.[...]""[...]le plus grand bénéfice que j'en ressens » (P4)

https://labulleneomat.webnode.fr/benefices-du-peau-a-peau/

- **Mélange de sentiments fierté, amour, protection, d'optimisme**

"Un sentiment de fierté, un sentiment de protection." "Ouais, puis une transmission d'amour direct quoi. Ce n'est pas des mots, c'est un geste quoi. "Ouais. Puis, fin, c'est plus personnel ce que je vais dire, mais par rapport à la situation dans laquelle on était c'est très rassurant. Très très rassurant, un gros soulagement, ça nous permet d'avaler entre guillemets la pilule et de passer en mode optimiste quoi, parce que c''avait compliqué la grossesse donc du coup c'est appréciable de le faire. " "[...]

Enfin, les pères parlent du peau-à-peau comme **un contact affectif ou un câlin**

(*P4) "le plus grand bénéfice que j'en tire c'est le côté affectueux et avant tout pour moi c'est un câlin quoi"* ; (*P2) "c'est un moment pareil où on peut se poser et faire un petit câlin avec le bébé donc c'est super chouette".*

- # Pour aller plus loin ....

Voici une belle vidéo de l'association Sparadra sur les bénéfices du peau à peau avec le bébé

https://youtu.be/x3SFk1WZ5Kk