

# Méthode Kangourou (peau-à-peau)

La méthode Kangourou est une façon particulière de tenir votre bébé contre votre poitrine, peau-à-peau.



photo : gracieuseté de la famille Smith

## La méthode Kangourou a des effets bénéfiques pour les bébés prématurés et les

### Pour le bébé :



dort mieux



maintient la température



se sent proche de vous



respire mieux



prend du poids



transmet des bactéries



favorise le développement



souffre moins durant les procédures

### Pour vous :

- ✓ Régulation des hormones (baby blues)
- ✓ Production de lait accrue
- ✓ Proximité relationnelle et attachement
- ✓ Sentiment d'autonomie du parent

Learn more by asking your baby's nurse.

### Se préparer pour la méthode Kangourou

#### Planifier

Avec l'infirmière de votre bébé, planifiez un horaire quotidien pour la méthode Kangourou.

#### Une heure ou plus

Ceci donnera du temps au bébé pour se détendre et s'endormir contre vous.

#### Se préparer

Allez aux toilettes, prenez une collation et une boisson avant de commencer pour vous détendre tous les deux.

#### Opter pour le naturel

Votre bébé aime votre odeur naturelle; évitez les parfums, les crèmes pour la peau et la fumée.



### Autres moyens de réconforter votre bébé

Il y a plusieurs façons de réconforter votre bébé et créer un lien. Demandez à l'infirmière de votre bébé de vous montrer une technique spéciale appelée « câlin ». Votre bébé aime entendre votre voix; chantez, lisez ou parlez-lui doucement. N'oubliez pas que ce que votre bébé souhaite le plus, c'est être avec vous.

**La méthode Kangourou offre aux parents de précieux souvenirs de leur séjour à l'UNSI.**



Consultez notre site Web pour plus d'information sur la méthode Kangourou et d'autres ressources et programmes axés sur les bébés prématurés et leurs familles.

Merci à WaterWipes® de soutenir notre programme éducatif. 