Intermountain® Healthcare

Cuidado piel a piel para su recién nacido

El cuidado piel a piel, o "método canguro", significa sostener a su bebé de cerca, teniendo el contacto de sus pechos desnudos. Este folleto explica por qué Intermountain fomenta el cuidado piel a piel y cómo puede dar este cuidado a su recién nacido en el hospital y en casa.

¿Cuáles son los beneficios de los cuidados piel a piel?

Las madres probablemente siempre han cargado a sus bebés con en contacto piel a piel. Es una manera maravillosa de estar cerca. Sin embargo, estudios recientes han demostrado que el cuidado piel a piel también tiene beneficios importantes para la salud de los bebés, especialmente cuando se da inmediatamente después del nacimiento. Por ejemplo, el cuidado piel a piel:

- Calma y tranquiliza a su bebé.
- Ayuda al bebé a mantener una temperatura corporal saludable (es mejor que una incubadora).
- Ayuda a regular el ritmo cardíaco de su bebé, el azúcar en la sangre y su respiración.
- Mejora el sueño de su bebé.
- Ayuda a que su bebé se alimente al pecho.

El cuidado piel a piel es bueno para usted también. Puede reducir el estrés, y ayuda a estrechar lazos y conectarse con su recién nacido. También puede mejorar su capacidad de producir leche materna y saber cuando su bebé está listo para alimentarse.

Por todas estas razones, Intermountain Healthcare le invita a sostener a su bebé piel a piel inmediatamente después del parto y en las horas y días siguientes.

El cuidado piel a piel ayuda a que su recién nacido se adapte a la vida fuera del útero. Es también una manera maravillosa de estar cerca.

¿Cuándo puedo comenzar el cuidado piel a piel?

A menos que haya complicaciones, su médico o el personal de enfermería le darán la oportunidad de sostener a su bebé piel a piel inmediatamente después del nacimiento. Primero se colocará una toalla o cobija caliente sobre su abdomen.

Algunas madres quieren que se coloque a sus hijos sobre el abdomen de inmediato, de modo que puedan ayudar a secar al bebé mientras se pinza y corta el cordón umbilical. Otras mamás comenzarán el contacto piel a piel después de que su bebé se haya secado y pesado. Usted y su equipo médico pueden decidir juntos la mejor manera de comenzar el cuidado piel a piel de su recién nacido.

Tenga en cuenta que los bebés prematuros y los bebés atendidos en la UTIN (unidad de terapia intensiva neonatal) también pueden beneficiarse del cuidado piel a piel. El equipo médico de su bebé le puede avisar cuando su bebé esté lo suficientemente estable, para sostenerlo piel a piel.

¿Cómo lo hago?

Si acaba de dar a luz, su médico o el personal de enfermería pueden llevarle al bebé para sostenerlo piel a piel y le ayudarán a sostener a su bebé cómodamente. Después de ese momento, usted y el padre del bebé pueden tener contacto piel a piell cada vez que lo deseen. Aquí están los sencillos pasos:

- Quítele la ropa a su bebé y quítese su camisa o ábrala. (Es posible que desee dejarle puesto el pañal a su bebé.)
- Coloque al bebé sobre su pecho desnudo, con la cara de su bebé hacia usted.
- Cubra la espalda de su bebé con una cobija. Relájese y disfrútelo.

¿Debo continuar con el cuidado piel a piel una vez que salga del hospital?

Sí, sostenga a su bebé piel a piel en su casa. Usted y su bebé pueden compartir esa cercanía en cualquier momento que desee. Es bueno para usted, para su bebé y para la relación de padre (o madre) e hijo. Sólo recuerde mantener la casa lo suficientemente cálida y cubrir a su bebé con una manta, mientras lo abraza.

Intermountain Healthcare le invita a sostener a su bebé piel a piel después del parto y en las horas y días siguientes.

© 2010 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications 801.442.2963 FS099S - 04/10** (Spanish translation 03/10 by Lingotek, Inc.)