

# Cuidado piel a piel para su recién nacido

## ¿Qué es el cuidado piel a piel?

El cuidado piel a piel, o “cuidado de canguro”, significa sostener a su bebé cerca, con sus pechos desnudos en contacto. **Intermountain Healthcare le anima a sostener a su bebé piel a piel inmediatamente después del parto y en las horas y días siguientes.**

## ¿Por qué es tan importante el cuidado piel a piel?

Las madres probablemente siempre han sostenido a sus bebés piel a piel. Es una manera maravillosa de estar cerca y tiene beneficios de salud para usted y su bebé.

### Beneficios para su bebé

Estudios recientes han mostrado que el cuidado piel a piel tiene beneficios de salud importantes para los bebés, especialmente cuando se da inmediatamente después del parto. Por ejemplo, el cuidado piel a piel puede:

- Calmar y tranquilizar a su bebé;
- Ayudar a su bebé a mantener una temperatura corporal saludable (es mejor que una incubadora);
- Ayudar a regular el ritmo cardíaco, el azúcar en la sangre y la respiración de su bebé;
- Mejorar el sueño de su bebé;
- Ayudar a su bebé a lactar.

### Beneficios para usted

El cuidado piel a piel también es beneficioso para usted. Puede:

- Disminuir el estrés;
- Ayudarle a establecer lazos y conectarse con su recién nacido;
- Mejorar su capacidad para producir leche materna y saber cuándo su bebé está listo para amamantar.



El cuidado piel a piel le ayuda a su recién nacido a adaptarse a la vida fuera del útero. También es una forma maravillosa de estar cerca.

## ¿Cuándo puedo comenzar el cuidado piel a piel?

A menos que haya complicaciones, su proveedor de atención médica le dará la oportunidad de sostener a su recién nacido piel a piel poco después del parto.

Algunas madres desean que les pongan a su bebé sobre su abdomen (barriga) inmediatamente para que puedan ayudar a secar al bebé mientras el cordón umbilical se pinza y corta. Otras mamás empezarán el cuidado piel a piel después de que se seque y pese al bebé. Usted y su equipo de atención pueden decidir en conjunto la mejor manera de empezar el cuidado piel a piel para su recién nacido.

Tenga en cuenta que los bebés pretérmino y los bebés que se llevan a la Unidad Neonatal de Cuidados Intensivos (NICU, por sus siglas en inglés) también pueden beneficiarse del cuidado piel a piel. El equipo médico de su bebé le informará cuando el bebé esté lo suficientemente estable para ser sostenido piel a piel.

## ¿Cómo hago el cuidado piel a piel?

Si acaba de dar a luz, su médico o enfermera le pueden traer a su bebé para el cuidado piel a piel y le ayudarán a posicionarlo y a sostenerlo cómodamente. Después de esto, usted y el padre del bebé pueden darle cuidados piel a piel cuando lo deseen. Estos son los pasos sencillos:

- 1 Retire la ropa de su bebé y quítese o abra su camisa. (Puede querer que el bebé continúe con el pañal).
- 2 Ponga a su bebé mirándola a usted sobre su pecho desnudo.
- 3 Cubra la espalda de su bebé con una cobija. Relájese y disfrute.



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

Sí, sostenga a su bebé piel a piel en casa. Usted y su bebé pueden compartir esta intimidad cuando quieran. Es bueno para usted, para su bebé y para la relación padre-hijo. Solo recuerde mantener la casa relativamente caliente y cubra la espalda de su bebé con una cobija mientras se abrazan.

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



### Preguntas para mi médico

---

---

---

---

---

*Skin-to-Skin Care for Your Newborn*

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.