

Transcripción

Sea que su bebé haya nacido por vía vaginal o por cesárea, antes de tiempo o a tiempo, la investigación ha demostrado que todos los bebés se benefician del contacto inmediato y continuo de piel con piel con su madre, el a veces llamado 'método canguro'.

"Oh, está despertando muy bien. Mira eso."

Justo después del nacimiento, mantenga a su bebé sobre su pecho, piel con piel. Durante esta 'hora dorada', la primera hora justo después del nacimiento, su piel caliente puede ayudar a que la temperatura del cuerpo de su bebé coincida con la temperatura que experimentó en el útero, haciendo su transición al mundo un poco más fácil.

Algunos bebés tienen un ritmo cardíaco más lento y no respiran regularmente justo después de nacer. Al oír los latidos de su corazón y la respiración, los bebés pueden regularse ellos mismos más fácilmente. Y los niveles de glucosa en sangre también se mantienen más altos en aquellos bebés que experimentan el contacto piel con piel.

Los recién nacidos tienen un elevado sentido del olfato. Los bebés que yacen en el pecho de su madre después de nacer pueden buscar el pezón y comenzar a amamantar por ellos mismos.

"Podemos ver como él lo intenta. Muy bien. Usted le puede ayudar con eso."

"Muy bien, eso es."

Esto puede ayudar a que se produzca leche materna mucho antes. De hecho, las investigaciones demuestran que las madres y los bebés que tienen contacto piel con piel lactan por más tiempo, proporcionando beneficios a largo plazo para el bebé y la madre.

"En los primeros días déjelo que él encuentre la posición más cómoda para él."

En los primeros días y semanas de vida, en cualquier oportunidad que usted tenga, ponga la piel de su bebé con la suya. El contacto continuo de piel con piel puede ayudar a madurar el sistema digestivo de su bebé y a fortalecer su sistema inmunológico.

Reduce una hormona del estrés llamada cortisol, y al mismo tiempo incrementa la hormona de la felicidad, la Oxitocina, disminuyendo los niveles de estrés de su bebé. Los bebés que reciben contacto piel con piel de manera regular duermen mejor y por más tiempo y lloran menos. En otras palabras, se estresan menos y reducen el suyo también.

Y como madre usted también se beneficiará de otras maneras. El tacto, el olor y los sonidos de su bebé estimulan las hormonas en su cuerpo que le pueden ayudar a aumentar su sentido de la maternidad y a reducir su riesgo de depresión postparto. Sostener a su bebé piel con piel puede aumentar el vínculo que comparten y que compartirán el resto de la vida.

Cuidado del Recién Nacido: Los Beneficios del Contacto Piel con Piel

Pg 2

Y no olvide la necesidad del papá a la hora del vínculo. El contacto piel con piel con el padre puede ayudar a incrementar el vínculo que ellos comparten y a establecer en su bebé el sentido de bienestar, seguridad y amor.

El nacimiento de su bebé fue un viaje. Tómese algún tiempo, justo después de este viaje para disfrutar de la sensación, el olor y los sonidos de su bebé. Hágalo con frecuencia durante las primeras semanas de vida de su bebé. Tanto usted como su bebé se beneficiarán por el resto de sus vidas.