
El truco de piel-a-piel para calmar a su recién nacido

ESCRITO POR JENNIFER LINCOLN, MD, IBCLC, GINECO/OBSTETRA CERTIFICADA POR EL CONSEJO NACIONAL

Si estuviera por tener al bebé y su doctor o partera le dijera que existe una técnica que puede implementar y que la ayudaría a calmar a su bebé, mejorar su seguridad para amamantarlo, y estabilizar los signos vitales de su bebé, ¿no le encantaría probarla? Bueno, pues esta técnica existe, y es muy sencilla: contacto frecuente de piel a piel con su bebé, desde el inicio.

El contacto de piel-a-piel es una práctica que es exactamente lo que se entiende. Es cuando la madre y su bebé tienen contacto físico directo, lo único que los separa es el pañal del bebé. Cuando se hace inmediatamente después del nacimiento, secan al bebé con una cobija y lo colocan directamente en el pecho de la mamá, entre los senos (pecho a pecho), con la cabecita del bebé volteada a un lado y su carita contra la superficie media de un seno. Se deben de poner sobre el bebé una cobija calentada y un gorrito en su cabeza para mantenerlo con buena temperatura. Se debe tener cuidado que las cobijas no cubren la carita del bebé, y que el mentón no está muy cerca del pecho para mantener abierta su vía respiratoria.

Cuando se hace el contacto de piel-a-piel inmediatamente después del nacimiento, se puede hacer como se describió antes, o con la ayuda de un carga-bebés o cobija envuelta. Cuando lo haga, no piense que debe limitar el contacto de piel-a-piel a un tiempo determinado. Algunos bebés prefieren estar ahí por una hora ¡o más tiempo! Si nota que empieza a mover la cabecita en búsqueda del pecho, ofrézcaselo para ver si se prende (¡éste es un buen truco para calmar a los bebés molestos, o ayudar a que identifique las señales de que su bebé tiene hambre, durante esas primeras semanas!).

El contacto de piel-a-piel no es solo para las mamás—es algo que los padres y las parejas pueden hacer y gozar del beneficio. De hecho, el contacto de piel-a-piel estimula la unión entre el bebé y el papá, especialmente en los bebés que son amamantados ya que los padres no comparten la hora de la comida.

Los bebés prematuros y los infantes que están en la unidad de cuidado intensivo pueden definitivamente participar en el cuidado de piel-a-piel. Aún si el bebé tiene varias intravenosas o están conectados a monitores o son muy pequeños, el contacto de piel-a-piel puede y debe ser promovido, ya que ofrece tantos beneficios al tener este contacto cercano con la mamá y el papá. Siempre y cuando esté posicionado de manera segura y el bebé parezca estar estable, se puede hacer el contacto de piel-a-piel. De hecho, muchas veces éstos frágiles recién nacidos tienden a estar menos estables si se descontinúa el contacto de piel-a-piel, ya que ayuda a regular tan bien sus signos vitales.

Lea más en **www.bundoo.com**

Conclusiones

- El contacto de piel-a-piel es la práctica de cargar a su bebé en su pecho con contacto físico directo.
- Esto se puede iniciar inmediatamente después del nacimiento y a cualquier hora después.
- Los papás y otras parejas pueden participar en el cuidado de piel-a-piel, lo que puede afianzar el vínculo.
- Los bebés prematuros y los que están en la unidad de cuidado intensivo también se benefician con el contacto de piel-a-piel, y sabemos que este tipo de contacto es un gran beneficio para ellos.