

Acabo de nacer, ¡abrázame!

Contacto Piel-a-Piel para Usted y su Bebé

¿Qué es “Piel-a-Piel”?

Piel-a-piel significa que se ubique a su bebé boca abajo, directamente sobre su pecho, inmediatamente después de nacer. Su proveedor seca al bebé, le pone un gorro, le cubre con una frazada caliente, y le coloca sobre su pecho. Las primeras horas de acurrucarse piel-a-piel permite que usted y su bebé se conozcan. También tienen beneficios importantes para la salud. Si su bebé necesita conocer a los pediatras primero, o si usted ha tenido una cesaria, puede desvestirse al bebé y acurrucarlo poco después del parto. Los recién nacidos desean fuertemente el contacto piel-a-piel, pero a veces es abrumador para las nuevas mamás. Está bien si empieza poco a poco mientras va conociendo a su bebé.

Amamantar

Acurrucarse le da a usted y a su bebé un mejor comienzo para amamantar. Ocho estudios distintos de investigación han demostrado que los bebés piel-a-piel amamantan mejor. También siguen amamantando por un promedio de seis semanas más. La Academia Americana de Pediatras recomienda que todos los bebés que van a ser amamantados tengan contacto piel-a-piel inmediatamente después de nacer. Manteniendo a su bebé piel-a-piel en sus primeras semanas hace que sea fácil saber cuándo amamantarlo, especialmente cuando el bebé tiene sueño.

Una Transición Tranquila

Su pecho es el mejor lugar para que su bebé se acostumbre a la vida en el mundo exterior. Comparado con bebés que están envueltos en su frazada o mantenidos en una cuna, los bebés piel-a-piel se quedan más calientes y calmados, lloran menos y tienen mejores niveles de azúcar en la sangre.

Creando un Vínculo

Acurrucarse piel-a-piel podría afectar como usted se relaciona con su bebé. Los investigadores han observado a madres y bebés en los primeros días después del nacimiento, y notaron que las mamás piel-a-piel tocan y acurrucan a sus bebés más. Aún después de un año, las mamás piel-a-piel se acurrucaban más con sus bebés durante una visita a su pediatra.



Photo © 2005 Pascale Wowak

Piel-a-Piel Más Allá de la Sala de Parto

Siga acurrucando piel-a-piel después de salir del hospital —su bebé se mantendrá caliente y cómodo en su pecho, y los beneficios para crear un vínculo, tranquilizar, y amamantar probablemente continúan mucho después del parto. Piel-a-piel puede ayudar a mantener a su bebé interesado en amamantar aún cuando tiene sueño. Los papás pueden acurrucarlo también. Los papás y las mamás quienes cargan a sus bebés piel-a-piel los ayudan a mantenerse calmados y cómodos.

Sobre las investigaciones

Múltiples estudios durante los últimos 30 años han demostrado los beneficios del contacto piel-a-piel. En todos los estudios mencionados aquí, las madres fueron asignadas al azar para cargar a sus bebés piel-a-piel o para verles de lejos. Para más información, ver: Anderson GC, Moore E, Hepworth J, Bergman N. Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. [Systematic Review] *Cochrane Pregnancy and Childbirth Group Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2, 2005.



www.pcbreastfeeding.org
(561) 655-6953

For informational purposes only. This handout does not replace medical advice.