

N°6: Primer contacto piel con piel

Educación prenatal



“Hola, mamá. ¡Llegué!”

Estas palabras las escuchará dentro de varios años, pero también representan la expresión que mejor transmite el deseo de su bebé después de nacer: ¡quiere estar cerca de usted! Usted ha sido su “hogar” durante aproximadamente nueve meses, el lugar que le daba calor, alimento y consuelo. La mejor manera de llevar al bebé de nuevo a ese lugar de comodidad y calor es estar piel con piel.

¿Qué es estar piel con piel?

Simplemente consiste en colocar al bebé desnudo contra su pecho. Cualquier evaluación o procedimiento de rutina que el bebé necesite, puede retrasarse durante este importante tiempo juntos o hacerse mientras él está sobre su pecho.

¿Cuáles son los resultados de pasar tiempo piel con piel?

- **Un bebé más feliz**—Su bebé se siente contenido al estar piel con piel con usted inmediatamente luego de nacer. Estará más tranquilo y llorará menos. Estar piel con piel también alivia el dolor, por ejemplo, cuando se le tenga que dar una inyección o realizar el procedimiento de pincharle el talón.
- **Un bebé más sano**—Si coloca al bebé piel con piel, será más fácil para él entrar en calor y aprenderá a estabilizar su temperatura con mayor rapidez. La respiración del bebé, el ritmo cardíaco y el nivel de azúcar en la sangre se estabilizan mejor y los niveles de oxígeno son más altos, si el bebé está en contacto piel con piel. Como puede ver, ¡usted es la mejor “sala de recuperación” para su bebé!
- **Una madre más feliz**—Estar piel con piel ayuda a reducir las hormonas del estrés y hace que se sienta más cerca de su bebé. Este es un momento excelente para que usted y su bebé se conozcan. La creación del vínculo que se genera gracias al contacto “piel con piel” dura mucho tiempo después nacimiento.
- **Una madre más sana**—El movimiento del cuerpo del bebé sobre su cuerpo estimula las hormonas que hacen que el útero se contraiga, por lo que sangrará menos.
- **Mejor amamantamiento**—Cuando el bebé se coloca sin interrupciones sobre el pecho, entre las mamas, con frecuencia se arrastra hasta el pezón y se prende sin ayuda.

El bebé puede oler el calostro en su mama. Dado que el líquido amniótico tiene un olor similar al del calostro, el bebé se sentirá atraído naturalmente hacia la mama. Además, los movimientos de la mano del bebé sobre la mama, además de la succión, hacen que el cuerpo libere las hormonas productoras de leche. Un bebé que ha sido colocado piel con piel podría aumentar mejor de peso y amamantarse mejor y durante más tiempo. El bebé necesita estar cerca de la mama para aprender a mamar. Este primer momento piel con piel es la mejor oportunidad para comenzar a amamantar.

Los beneficios continúan

Incluso después del primer contacto piel con piel, continúe colocando al bebé desnudo contra su piel. Si el bebé está inquieto, ayudará a que se calme. Si está demasiado somnoliento para mamar, esto lo estimulará y lo despertará para mamar. El contacto piel con piel continúa ayudando a mantener caliente y reconfortado al bebé, y ayuda a que el amamantamiento sea una experiencia exitosa y disfrutable.