

6. Mantenga al bebé consigo; es mejor para usted, él y la lactancia

Justo después del parto, los bebés pasan por una transición increíble y desafiante. Dentro del útero, se mantienen a la temperatura perfecta y obtienen todo lo que necesitan por sus cordones umbilicales. Después del parto, deben mantenerse calientes, deben hacer que sus pulmones respiren aire y deben aprender a amamantar, tragar y digerir la leche de su madre. El hecho de que todos estos cambios se lleven a cabo con seguridad y fácilmente depende de los cuidados que los bebés y las madres reciben justo después del parto.

Contacto piel a piel

Afortunadamente, todos los cambios necesarios para que su bebé haga la transición hacia el mundo exterior con seguridad ocurren fácilmente cuando se cumple una necesidad básica; la necesidad de que lo sostenga en sus brazos, piel a piel, sin mantas ni ropa entre ustedes. Los sonidos familiares, olores y sabores y la perfecta temperatura de su piel ayudan a su bebé a saber que está sano y salvo.

Es más fácil para su bebé respirar, mantenerse a la temperatura adecuada y aprender instintivamente a amamantar cuando lo sostiene piel a piel. De hecho, los científicos han descubierto que los bebés que no reciben medicamentos que son sostenidos piel a piel y que no son molestados durante la hora después del nacimiento, no necesitan ayuda en absoluto para empezar a amamantar. Se mueven por encima del vientre de la madre, encuentran el pezón usando sus sentidos de visión y olfato y se prenden a él, ¡todo por sí mismos!

Cuanto más tiempo pasan piel a piel durante los primeros días después del nacimiento, mejores son los beneficios. Un beneficio increíble es un mayor apego entre la madre y el bebé. Las mujeres que tienen a sus bebés piel a piel después del parto cuidan a sus bebés con más confianza y reconocen y responden a las necesidades de sus bebés antes que las madres que se separan de sus bebés después del parto.

La mayoría de los bebés que no están en los brazos de sus madres después del parto están con el personal del lugar de parto que rutinariamente los evalúa, pesa y mide o

envuelve en mantas. Ninguna de estas actividades es más importante para el bebé que tener contacto piel a piel con su madre. En la mayoría de los casos, los procedimientos rutinarios del recién nacido como aspirar la nariz y la boca del bebé, administrar medicamentos de rutina o llevar al bebé a un calentador para observación puede retrasarse o hacerse mientras que el bebé está piel a piel o evitarse por completo.



En la mayoría de los casos, el bebé obtiene todo lo que necesita al sostenerlo contra su piel.

CONVERSE

Tomar el control del cuidado de su recién nacido

Averigüe cuáles son las prácticas para recién nacidos de su hospital de antemano y dígalas a su médico y enfermera que va a tener a su bebé piel a piel después del parto y que desea que el bebé esté en su habitación hasta que se vaya del hospital. Si las políticas del hospital requieren que se hagan muchas rutinas durante las primeras horas del nacimiento, considere la posibilidad de elegir un entorno de nacimiento diferente.



Sostener al bebé piel a piel apoya naturalmente la lactancia materna.

Alojamiento conjunto

A muchas mujeres les encanta la idea de dormir tanto como sea posible después del trabajo de parto. Una vez que la emoción inicial de dar a luz pasa, es común sentirse increíblemente cansada. Puede ser tentador enviar a su bebé a la sala de recién nacidos para que usted pueda dormir.

Pero las investigaciones demuestran que es probable que duerma la misma cantidad de tiempo con su bebé en su habitación como lo haría si su bebé estuviera en los cuñeros. La investigación también muestra que los bebés que van a la sala de recién nacidos por la noche lloran más y son más propensos a tener problemas de lactancia que los bebés que duermen en la habitación con sus madres.



Estar en la misma habitación con su bebé hace que sea más fácil para usted responder a sus necesidades

Perspectivas de INVESTIGACIÓN

Algunos estudios han comparado a los bebés que tienen contacto piel a piel en las horas después de nacer con los bebés que son colocados en un moisés o envueltos en mantas. Los estudios descubrieron que los bebés sostenidos piel a piel se sienten mejor en muchos sentidos.

Beneficios para los bebés sostenidos piel a piel después del nacimiento

- Tienen temperaturas más estables
- Lloran menos
- Tienen un nivel de azúcar en la sangre más estable
- Amamantan antes, más y más fácilmente
- Tienen bajos niveles de hormonas de estrés
- Están expuestos a las bacterias normales de la piel de su madre, que puede protegerlos de enfermarse por gérmenes nocivos