



# ILCA's INSIDE TRACK

*un recurso para madres que amamantan*

Una publicación de la Asociación  
Internacional de Consultores en Lactancia



## Cuidado canguro para su bebé prematuro o enfermo

Por Kathleen S. Kuhn, RN, BSN, IBCLC y Megen J. Kuhn, RN, BSN

**S**i su bebé nace antes de tiempo o está enfermo, puede que comience su vida en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (UCIN) del hospital. Si esto pasa, puede que se pregunte si podrá amamantar. El cuidado canguro la ayuda a tener éxito amamantando su bebé prematuro o enfermo.

### ¿Qué es el cuidado canguro?

El cuidado canguro, también llamado cuidado piel a piel, es cuando carga a su bebé desnudo o sólo con el pañal sobre su pecho desnudo. Cargar a su bebé de esta manera le permitirá a él o ella conocerla a usted, por su olor, su tacto, su voz y al sentir su piel.

### ¿Quién puede hacer canguro?

- Las mamás y los papás pueden brindar el cuidado canguro.
- Puede hacer canguro con su bebé ya sea grande o pequeño, si está enfermo o sano.
- Las enfermeras le ayudarán a decidir cuándo es el momento de cargar a su bebé de esta manera.
- El bebé puede parecer muy frágil y esto quizás le haga sentir nervios al cargarlo de esa manera. Recuerde que no hay nada más natural que cargar a su bebé, especialmente si está enfermo. Junto a la enfermera, podrá tomar la decisión correcta acerca de cargar a su bebé.
- Si usted y las enfermeras deciden que es seguro cargar a su bebé, entonces la manera más segura para hacerlo es con el cuidado canguro.

### ¿Por qué es importante hacer canguro?

El cuidado canguro le ayudará a:

- Producir más leche.
- Sentir aún más amor por su bebé.
- Sentirse más cercana a su pareja.
- Lidar con la depresión posnatal.
- Aprender a responder a las necesidades de su bebé.
- Tener más confianza en sus habilidades maternas.
- Prepararse para amamantar.

### El cuidado canguro ayudará a su bebé a:

- Dormir mejor.
- Llorar menos.
- Mantener su cuerpo con la temperatura correcta.
- Mudarlo a una cuna más pronto.
- Respirar mejor.
- Aumentar de peso.
- Sentir menos dolor.
- Conocerla mejor.
- Prepararse para mamar.

### Cuando practica canguro con su bebé, su cuerpo produce leche que lo protege

- Su cuerpo puede reconocer microbios que están en su bebé o a su alrededor.
- Su cuerpo entonces empieza a producir células para luchar contra esos microbios.
- Esas células que atacan a esos microbios pasan a su leche.
- Cuando el bebé mama la leche de su pecho, esta lo ayuda a combatir esos microbios.
- Cuanto más a menudo practique canguro con su bebé, más fácil es para su cuerpo realizar este proceso.

### ¿Cómo practicar canguro?

Cuando sea oportuno cargar su bebé, pida a la enfermera que la ayude a colocarlo piel a piel en vez de envolverlo en una sábana.

- Planifique estar con su bebé por lo menos una hora (es mejor practicar canguro con su bebé por lo menos 60-90 minutos, que es la duración de un ciclo de sueño completo). Es mejor si ocurre alrededor del momento de alimentar su bebé o el momento de tocarlo.
- Tome una bebida y vaya al baño antes de empezar a practicar el cuidado canguro.
- Use una blusa con botones o que cierre arriba. Si no tiene una así, pida a la enfermera una bata que pueda usar. Si el cuidado canguro es algo que disfruta, puede dejar una blusa especial cerca de su bebé para usarla cada vez que lo visite.



- Quítese su sostén para que su bebé esté en contacto con tanta piel como sea posible.
- Use una silla que se recline. Su bebé disfrutará el cuidado canguro al máximo si se recuesta en un sillón.
- Antes de empezar el cuidado de canguro, converse con la enfermera acerca de cómo colocar su bebé al pecho (usted misma lo puede llevar a su pecho o la enfermera la puede ayudar a colocarlo).
- La parte estresante del cuidado canguro para su bebé es el momento en que lo pasan de la cama del hospital al pecho. Una vez que el bebé está sobre su pecho, estará aún más relajado y seguro que cuando está en la cama.
- ¡Recuéstese y disfrute este momento especial con su bebé!

Practique canguro con su bebé tan a menudo como sea posible. Es bueno para su bebé, para usted, y bueno para producir mucha leche.

### **Cuidado canguro:**

- Contacto piel a piel por una parte del día
- Refuerza el cuidado médico de un bebé enfermo o prematuro

### **Cuidado madre canguro:**

- Contacto piel a piel la mayor parte del día y de la noche
- Un enfoque completo para apoyar al bebé enfermo o prematuro

## **Encuentre ayuda rápidamente**

Un(a) IBCLC es un(a) “Consultor(a) Internacional certificado(a) en lactancia materna” alguien con un entrenamiento especial para ayudar a las familias que amamantan.

Vaya a «**Find a Lactation Consultant**» en <http://www.ilca.org> para localizar un(a) consultor(a) certificado(a) en lactancia materna en su área. También puede preguntar a su doctor o enfermera.

## **Su consultor(a) en lactancia**

---