

QUE ES EL METODO CANGURO: COMO FUNCIONA

COMO FUNCIONA EL METODO CANGURO Y LOS BENEFICIOS QUE APORTA

Texto original en inglés en

<http://www.kangaroomothercare.com/whatiso3.htm>

EL METODO CANGURO se basa en el contacto permanente piel con piel entre la madre y el recién nacido, con lo que se consiguen una serie de importantes beneficios. La lactancia materna es esencial para el recién nacido desde su primera hora de vida, así como posteriormente. El mensaje clave es que **NUNCA HAY QUE SEPARAR A LA MADRE DEL RECIÉN NACIDO**. Los beneficios de este método son incluso más importantes para los bebés prematuros.

El Dr. Nils Bergman fue quien introdujo el Método Canguro en Sudáfrica. Recientemente ha publicado los resultados de un riguroso estudio científico (en la publicación *Acta Paediatrica*) comparando los beneficios del método piel con piel en relación al cuidado en incubadora. El estudio demuestra que el contacto piel con piel es mucho más beneficioso que la incubadora para un recién nacido. En contacto con su madre, los bebés mantenían mejor su calor corporal, estaban más calmados, respiraban mejor y tenían el pulso más estable. Sorprendentemente, cuanto menor era el peso del bebé —hasta 1200 gramos—, más estable se mantenía mientras se le tenía piel con piel y más inestable en la incubadora. Justo lo **contrario** a lo que generalmente se piensa. Es más, hay otro estudio que sugiere que la incubadora es incluso dañina. El desarrollo del cerebro del bebé necesita el contacto piel con piel, ser abrazado y llevado en brazos, además de contacto visual para que su sistema nervioso se forme adecuadamente.

Denegar a los bebés este contacto piel con piel, lleva a situaciones de stress que pueden derivar en ADD (déficit de atención), cólicos, problemas de sueño, etc. Hoy en día todavía se utilizan las incubadoras para estabilizar a los bebés, ¡cuando realmente hacen lo contrario!

Cuáles son los beneficios del Método Canguro

Los beneficios del Método Canguro para cualquier niño son básicamente que estos bebés al estar piel con piel se estabilizan más rápidamente (el nivel de oxígeno, la respiración y la frecuencia cardíaca son más estables) que aquellos que están en la incubadora (en la incubadora los bebés no se estabilizan hasta después de las primeras seis horas). La madre mantiene la temperatura de manera más regular (en contacto piel con piel, el pecho de la madre va cogiendo mayor temperatura para calentar al bebé si éste tiene baja temperatura, y también puede bajar la temperatura de la madre si su bebé tiene fiebre).

Otro de los factores esenciales del método madre canguro es que favorece la **lactancia materna**: el contacto piel con piel favorece la producción de leche materna, por lo que el bebé se favorece de los beneficios de ésta, incluyendo que el bebé reciba la leche adecuada para los humanos (la leche de fórmula está hecha con leche de vaca, diseñada para terneros. La principal proteína de la leche de vaca es la caseína que es tóxica para el estómago del bebé, pudiendo ocasionar alergias).

Los bebés pueden mamar mejor y más a menudo con el método canguro. Esto es muy necesario para propiciar el crecimiento, ya que la capacidad del estómago de un recién nacido es de sólo 5 ml, aumentando hasta 30 ml después de la primera semana de vida. Esto puede saciar durante unos 90 minutos, lo que significa que un bebé tiene que ser alimentado alrededor de cada hora y media o dos horas. Al tenerlo pegado, el bebé huele la leche y sus instintos más profundos le llevan a mamar, reduciéndose con ello los problemas del establecimiento de la lactancia materna.

En caso de que el bebé sea prematuro, el pecho de la madre crea una leche específica para ese bebé. Incluso en caso de gemelos, el pecho produce leche específica para cada uno de los gemelos. La leche materna contiene todos los nucleótidos necesarios para un adecuado desarrollo cerebral y el calostro tiene los anticuerpos necesarios para proteger al recién nacido con total inmunidad.

En lo que a la **protección** se refiere, el bebé obtiene de la leche materna además de anticuerpos, una gran cantidad de elementos que le protegen. Los niños que se alimentaron de leche materna y tuvieron mayor contacto piel con piel, suelen tener menos problemas de salud a largo plazo. En contacto piel con piel, los bebés están más relajados y eso hace que sus hormonas preparen al estómago para una mejor absorción del alimento. Los niños criados con el método canguro pueden engordar hasta treinta gramos por día, tres veces lo que engorda un bebé que se tiene en la incubadora. Esto supone entre otras cosas, estar menos tiempo en el hospital.

Una de las grandes diferencias de tener a un bebé en contacto piel con piel es que llora menos, disminuyendo el nivel de hormonas del stress (somatostatinas) circulando por su cuerpo. Este tipo de hormonas facilita que haya derrames cerebrales, muy habituales en bebés prematuros.

Con el método canguro el **desarrollo** del bebé es óptimo. Al llevarlo pegado, el bebé está más tranquilo y por tanto tiene el comportamiento adecuado. Se

encuentra seguro, estableciendo rápidamente el vínculo entre madre e hijo (apego), lo que a la larga le supondrá que el bebé reciba una mayor estabilidad emocional. Este vínculo entre el hijo y la madre es la base de las futuras relaciones que construirá el niño.

Así las conexiones del cerebro crecen de forma adecuada y no determinadas por el estrés.

TODOS ESTOS FACTORES SON TODAVIA MÁS DECISIVOS CUANDO SE TRATA DE BEBÉS PREMATUROS. El Método Canguro tiene muchos beneficios para la madre.

El estar piel con piel ayuda a la madre crear un fuerte vínculo con su bebé inmediatamente, además de hacer que se genere más oxitocina, propiciando el que esté más calmada y ayudando a que la producción de leche comience antes. La lactancia materna genera hormonas que ayudan a contraer el útero, dificultando las hemorragias o pérdidas de sangre después del parto. Las madres se sienten fuertes y seguras mediante el cuidado piel con piel. La Madre se convierte en la protagonista indiscutible del equipo que propicia cuidados al bebé. El contacto piel con piel ayuda a que obtengan un ritmo parecido de sueño y de despertares llamado sincronía del sueño, el cual permite que la madre pueda dormir y descansar más.

Las madres que tienen niños prematuros suelen tener sentimientos de culpabilidad y ansiedad, siendo las personas con mayor posibilidad de pasar por una depresión post-parto. Llevando al niño en su pecho mediante el Método Canguro, sienten que están completando la gestación y que están ofreciendo a sus hijos el mejor cuidado que pueden darles. Poder llevar los bebés de esta manera, significa que la madre tiene la posibilidad de poder moverse y dejar el hospital antes, pudiendo así volver a su día a día.