Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Importancia del contacto piel con piel inmediato

El parto es algo mágico y marca en la mujer su condición de madre. El día del nacimiento de un hijo se recuerda el resto de la vida. Es un día en el que hay muchas emociones. Todas estas emociones van a ser potenciadas con el contacto piel con piel.

¿Qué es el contacto piel con piel?

Es el contacto del recién nacido con su madre inmediatamente tras el parto. El niño, nada más nacer, se coloca en el abdomen o pecho de la madre, en posición boca abajo.

Instintivamente el niño reptará y tras mirar a su madre se ponen en marcha los reflejos de búsqueda. El niño comenzará llevándose la mano hacia su nariz o boca, y poco a poco irá acercando su cara al pecho. Tras varios intentos realizará una toma. Este proceso no es instantáneo, cada uno requiere su tiempo para lograrlo.

¿Durante cuánto tiempo debe realizarse?

El tiempo mínimo recomendado son 50 minutos. Lo ideal es hasta 120 minutos, que es el tiempo máximo en el que realizaría su primera toma. Cuánto más tiempo se mantenga el contacto, más beneficios habrá.

¿Cuáles son algunos de los beneficios?

- **Mayor estabilidad fisiológica del niño:**

Tras el parto el niño tiene que adaptarse a un medio muy diferente al que tenía cuando estaba en el útero. Comienza a respirar, ya que deja de recibir el oxígeno que le daba su madre a través del cordón umbilical. Su sistema circulatorio también se modifica para adaptarse a la vida fuera del útero.

El lugar más parecido al útero es el cuerpo de la madre y es donde más fácil le va a resultar realizar esta adaptación.

Tu hijo en piel con piel va a continuar escuchando tus latidos y tu voz. Le vas a proporcionar calor. Se va a sentir protegido y es donde mejor va a hacer la adaptación.

- **Mayor bienestar emocional tanto del niño como de la madre:**

En tu pecho tu hijo va a recibir todas sus necesidades. Va a ser el lugar de donde va a recibir el alimento. Va a recibir tu calor y va a sentirse protegido.

Tu hijo nada más nacer es capaz de olerte, de ver tu cara a una distancia de 20 cm. Te oye y reconoce tu voz.

Nace con unas conductas para producir respuestas en su madre: miradas, succión, llanto, balbuceo, sonrisas. En este momento se ponen en marcha un sinfín de factores que van a hacer que se cree el vínculo.

El sentimiento de amor de la madre hacia su hijo/a no es instantáneo, comienza durante el embarazo y aumenta después del parto. La primera hora parece ser muy valiosa en el proceso del vínculo afectivo.

Cuando ves las capacidades que tiene tu hijo, mejoran tus habilidades como cuidadora.

- **Favorece el inicio y duración de la lactancia materna:**

Tu hijo tiene un comportamiento instintivo para el amamantamiento. Es el niño el que sabe cómo debe hacerlo. En las madres puede haber conocimiento, pero no instinto.

Forzarlo a hacer la primera toma puede abolir sus reflejos de búsqueda. Debemos respetar el tiempo mínimo recomendado. Este proceso requiere su tiempo.

Cuando el niño se engancha al pecho de manera espontánea la lactancia va mejor.

- **Lloran menos**
- **Beneficios en piel con piel con padre:**

También se ha demostrado que favorece el vínculo en los padres que realizan el piel con piel con sus hijos. A los 3 meses les tocan mas, los miran más y los tienen más en brazos.

¿Siempre se puede realizar el contacto piel con piel?

Es necesario que los profesionales que atienden al niño estén entrenados y sepan valorar al niño al nacer y colocarlo en esta posición.

Es necesario que las maternidades tengan un protocolo consensuado por todos los profesionales que atienden tanto a la mujer como al recién nacido, con el fin de proporcionar seguridad.

No siempre se puede hacer piel con piel. Esto va a depender de las necesidades del niño y de la madre.

¿Se puede hacer piel con piel en las cesáreas?

El nacimiento por cesárea es diferente al parto tanto para los padres como para el niño. Hay una separación de ambos y esto hace que a la madre le provoque preocupación y estrés.

La madre debe estar acompañada por una persona de confianza, la cual será la encargada de apoyar a la madre y de ayudarla a sujetar al niño cuando está piel con piel.

Mientras dura la cesárea el niño es valorado por los profesionales de neonatología. Se darán los primeros consejos a los padres.

¿Se puede hacer siempre piel con piel en las cesáreas?

Va a depender de los protocolos de las maternidades.

Hay veces que la madre está muy cansada, tiene dolor o no se encuentra bien y necesita anestesia, por lo que no podrá realizar el contacto piel con piel. En estos casos es al padre o el acompañante elegido por las madres es el que puede realizar el contacto piel con piel:

Tampoco se ofrece piel con piel cuando el niño tiene un diagnostico intrauterino o presente alguna dificultad y necesite de una vigilancia o cualquier tipo de ayuda. En este caso deber ser valorado por los neonatólogos.

¿Qué se debe vigilar durante el contacto piel con piel?

La madre debe estar siempre acompañada. Es un momento en el que no está en sus mejores condiciones físicas.

Los padres deben ser informados y conocer algunos de los signos que tienen que vigilar durante el piel con piel. Deben observar si hay cambio de color de labios, si hace algún ruido extraño al respirar, o si respira muy rápido.

Otra de las precauciones, es comprobar que el niño siempre tenga libres al menos una fosa nasal para que pueda respirar bien.

¿Qué va a hacer vuestro hijo durante el contacto piel con piel tras el nacimiento?

Durante el contacto piel con piel podéis observar lo que tu hijo sabe hacer. Los recién nacidos siguen una serie de fases tras el nacimiento:

- Llanto. Es normal que el niño llore nada más nacer.
- Fase de relajación.
- Fase activa: el niño abre los ojos mira a su madre. Se lleva la mano a la boca la cual le va a servir de guía para llegar al pecho. La mano huele a líquido amniótico y este olor le sirve de guía para buscar el pecho, ya que el calostro huele igual.
- Fase de descanso.
- Fase de familiarización con el pecho. Busca y roza el pezón lo cual facilita su estimulación.
- Fase de succión.
- Fase de descanso. Después de las dos primeras horas tu hijo dormirá.

¿Quién lo recomienda?

Instituciones de gran prestigio recomiendan el contacto piel con piel tanto en partos como en cesáreas:

- La OMS y Unicef a través de IHAN (Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia).
- La Academia Americana de Pediatría.
- La Asociación Española de Pediatría.
- Ministerio de Sanidad, en su Guía de Buenas Prácticas en la Atención al Parto
- Guías NICE (en inglés): El cuidado piel con piel precoz entre la mujer y su hijo debe ser promovido.

Fecha de publicación: 9-12-2018

Autor/es:

- Juliana Acuña Muga. Enfermera. Servicio de Neonatología. Hospital "12 de Octubre". Madrid
- Carmen Alonso Acuña. Enfermera. Hospital '12 de Octubre'. Madrid