

MÉTODO CANGURO UTILIZANDO PORTABEBÉS EN LACTANTES**KANGAROO METHOD USING BABY CARRIERS WITH BREASTFED BABIES****Autor:**

Navío Poussivert, C.⁽¹⁾; Miranda Moreno, M.D.⁽²⁾; Rodríguez Villar, V.⁽²⁾

Institución:

⁽¹⁾Empresa Pública de Emergencias Sanitarias. crisnavio@gmail.com

⁽²⁾Complejo Hospitalario Jaén.

Resumen:

El Método Canguro (contacto permanente piel con piel entre la madre y el recién nacido) aporta innumerables beneficios en bebés prematuros. Los bebés ganan más peso, estabilizan su ritmo cardíaco, sincronizan la respiración con la de su madre, regulan mejor su temperatura corporal y tienen acceso directo a la lactancia materna, un flujo constante de defensas, inmunoglobulinas y nutrientes. El bebé puede mamar mejor y con mayor frecuencia al tener siempre el pecho al alcance de su boca y beneficiarse inmediatamente de todas las propiedades de la leche materna. El portabebés brinda un contacto piel con piel.

Las madres que portean identifican rápidamente la demanda del bebé, al margen de relojes y horarios, evitando así la ingestión de aire que provoca el llanto; no solo facilita el acceso del bebé al pecho sino que ayuda, entre otras cosas, a estimular la producción de leche.

El uso de portabebés, permite dar el pecho en movimiento, realizando diferentes tareas, caminando, etc. Por lo que es un gran aliado y favorece la lactancia materna, permitiendo una mayor comodidad y libertad a la madre.

Palabras Clave:

Porteo, contacto piel con piel, lactancia materna, método canguro, apego.

Abstract:

Using babywearing with premature babies provide them with countless advantages such as: gaining more weight, heart rate stabilisation, breath synchronization between the mother and the baby, better body temperature control and direct access to breast feeding giving them a constant flow of immunoglobulins and nutrients. Babies can be breastfed better and more often since they have the breast near their mouths and take advantage of the great properties of breast milk. Baby carriers provide the babies with skin to skin contact.

Mothers who carry their babies can easily identify baby's demand, no matter what time it is, avoiding air ingestion that leads to crying. Not only it makes babies accessing to the breast easier but also helps to stimulate breast milk production.

Using baby carriers allows mothers to breastfeed while they walk, do housework, move, go shopping, etc. Hence baby carriers are a great ally and favour breastfeeding, allowing greater comfort and freedom for the mother.

Key Words:

baby-wearing, skin-to-skin contact, breast feeding, kangaroo care, attachment.

1. INTRODUCCIÓN

Los cuidados del Método Canguro se puede aplicar a todos los bebés, tanto a los prematuros como a los bebé a término, ofreciendo beneficios tanto a los bebes enfermos como a los sanos. El Método Canguro consiste básicamente en proporcionar contacto piel con piel, favoreciendo una lactancia materna a demanda y proporcionando los cuidados que necesite el bebé.

Los beneficios del Método Madre Canguro se han descubierto hace años, con suficiente literatura científica que los avalan. Este método se ha establecido en muchos lugares del mundo.

El uso de los portabebés facilita realizar este método, pero siempre que sean ergonómicos ya que éstos permiten redondear la espalda del bebe correctamente hacia delante y dándole el soporte adecuado para que la espalda del bebé no aguante su propio peso. Además un portabebés ergonómico ayuda a que las piernas vayan bien colocadas, rodillas más altas que los glúteos y haciendo un ángulo de 90° entre ellas. Todo esto facilita el correcto desarrollo de la cadera, previniendo la displasia de cadera. Esta postura correcta piernas-cadera hacen que la espalda también mantenga la posición adecuada. Para ello el panel o tela ha de llegar de rodilla a rodilla, dando apoyo a todo el muslo del bebe, de modo que vaya sentado y todo su peso bien repartido, sin colgar la pierna y generar puntos de presión.

Un portabebés ergonómico previene la plagiocefalia, ya que la cabeza del bebe es sostenida con firmeza y suavidad contra el cuerpo del adulto, sin taparlo completamente dejando que circule aire y para que el porteador pueda comprobar el estado del bebe siempre que lo necesite.

El objetivo fundamental de esta revisión consiste en evaluar los efectos del porteo en el contacto piel con piel, sus beneficios sobre la lactancia materna y su relación con el desarrollo psicológico y motor en los bebes.

La finalidad de este artículo es dar a conocer en qué consiste este método canguro y cómo poder ponerlo en práctica a lo largo de la vida del bebé

a través del porteo seguro.

2. METODOLOGIA

Se realizaron búsquedas en Cochrane Pregnancy and Childbirth Group's Trials Register y en los registros online Pubmed, Medline, Gerión, Cochrane . Se consultó los documentos de la OMS, Babywearing International of DC-MD-VA y Red Canguro en España.

3. RESULTADOS

En las revisiones bibliográficas, las madres que realizaron el contacto temprano piel con piel en el parto, eran más propensas a amamantar durante los primeros uno a cuatro meses, tendrían a amamantar por más tiempo y mejoraban la relación madre-hijo, aunque esto último era difícil de medir.

Según la Guía Práctica Método Madre Canguro realizada por la OMS, la posición de porteo recomendada es colocando al bebé entre los pechos de la madre, en posición vertical, de modo que el pecho de aquél quede en contacto con el de la madre. Se sostendrá al bebé con una tela. La cabeza, vuelta hacia un lado, se hallará ligeramente extendida.

La parte superior de la tela se hallará justamente debajo de la oreja del bebé. La posición ligeramente extendida de la cabeza, mantiene abiertas las vías respiratorias y permite el contacto visual madre-hijo. Hay que evitar tanto la flexión hacia adelante como la hiperextensión de la cabeza. Las caderas deberán estar flexionadas y las piernas extendidas en una postura que recuerde a la de una rana; los brazos también deberán estar flexionados.

Habrà que anudar la tela con una fuerza tal que, al levantarse la madre, el bebé no se salga. Deberà garantizarse que la parte más apretada de la tela se sitúe sobre el pecho del bebé. El abdomen de éste no debería verse constreñido y debería quedar a la altura del epigastrio de la madre. De este modo, el bebé dispone de espacio suficiente para la respiración abdominal. La respiración de la madre estimula al bebé.

En un estudio publicado en la revista Pediatrics, los investigadores encontraron que la crianza en brazos durante tres horas al día reduce el llanto infantil en un 43 por ciento en general y un 54 por ciento durante las horas nocturnas.

El uso de los portabebés es un gran aliado para favorecer el contacto piel con piel y estimular la lactancia materna. A continuación resumimos las ventajas y beneficios que tiene tanto para los padres que portean como para los bebés porteados.

Ventajas para los padres:

1. Psicológicos, Ayuda a establecer un vínculo afectivo madre/ padre- hijo de forma más temprana.
2. Favorece una lactancia materna a demanda. La Lactancia Materna funciona gracias a mecanismos hormonales y sensoriales que se activan sobre todo al contacto físico: el olor, el tacto, el contacto piel con piel, las hormonas se activan y la leche fluye; este proceso se ve favorecido al tener cerca al bebé.
3. Dar el pecho con el bebé erguido en un portabebés contribuye a vaciar la mama desde una posición distinta a la que habitualmente se produce cuando el bebé lacta tumbado. Este cambio de posición ayuda a vaciar el pecho, previniendo obstrucciones y mastitis.
4. Ayuda a la relactación. Cuando se desea reestablecer la lactancia materna el hecho de llevar al bebé cerca constantemente favorece que se active de nuevo la secreción de prolactina para estimular la secreción de leche y el propio olor del pecho atrae al bebé, incitándole a mamar.
5. Adoptar la postura correcta para amamantar, pues una postura incorrecta a la hora de mamar puede causar problemas como dolor y grietas en el pezón. Con un portabebés ergonómico el bebé estará bien pegado a la madre y el contacto “barriga con barriga” será total, por lo que mamará en una postura totalmente natural, evitando así dolor o la

formación de grietas.

6. Posibilidad de realizar otras tareas. . El hecho de poder dar el pecho en un portabebés ofrece la ventaja de dejar las manos libres a la madre y poder así realizar otras actividades durante la lactancia. Los niños amantados pasan mucho tiempo en brazos de su madre, por lo que ésta busca la forma más cómoda de sujetar a su bebé sin tener que soportar ese peso que aumenta día a día únicamente con los brazos. La necesidad se hace mayor cuanto más crece el bebé.

Los beneficios para los bebés:

1. Algunos bebés regurgitan o pueden padecer de reflujo, a veces porque el músculo superior de sus estómagos no está maduro del todo. Para ellos es muy positivo mamar estando erguidos, evitando o reduciendo en muchos casos estas molestias.
2. Menos cólicos. El balanceo que realiza el porteador con un contacto directo con el bebé produce un efecto masaje que les ayuda a realizar la digestión y expulsar mejor los gases.
3. El estar piel con piel es beneficioso para todos los bebés y muy especialmente en aquellos que han nacido prematuramente: ayuda a regular la temperatura, el ritmo cardíaco y la respiración, les relaja y facilita el sueño y la liberación de estrés, favorece su desarrollo físico y neurológico, su sistema vestibular.
4. Emocional, les aporta seguridad al estar apoyado en el pecho de la madre. El latido del corazón que ha estado escuchando durante toda la gestación le ayuda a tranquilizarse y a conciliar el sueño.
5. Físicos: La postura ergonómica correcta (postura “ranita”) favorece el correcto desarrollo locomotor de espalda y cadera, y ayuda a corregir ligeras displasias de cadera. Previene la aparición de plagiocefalia.

4. CONCLUSIONES

El Método Madre Canguro repercute eficazmente en el control de la temperatura, la lactancia materna y el desarrollo de vínculos afectivos a todos los neonatos al margen de su entorno, peso, edad gestacional y situación clínica.

Para favorecer este Método Canguro los portabebés ergonómicos son unos grandes aliados en el día a día de los padres ya que facilitan la práctica de la lactancia materna, previene aparición de grietas en las mamas, al ser los puntos de succión diferentes comparados con la posición tradicional de lactancia y aumenta el vínculo afectivo tanto para la madre-bebe como para el padre-bebe, disminuyendo así el riesgo de depresión postparto en las mujeres.

Los bebés porteados son niños mas tranquilos, felices y duermen más, ya que la crianza en brazos disminuye el llanto de los niños y portear al bebe realizando contacto piel con piel ofrece una serie de ventajas tanto a los recién nacidos como a los bebés grandes, previniendo la displasia de cadera y plagiocefalia entre otras.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Hunziker UA.; Garr RG. Increased carrying reduces infant crying: A random-ized controlled trial. *Pediatrics* .1986; 77:641-648.
2. Aghdas K.; Talat K; Sepideh B.Effect of immediate and continuous mother-infant skin-to-skin contaction breastfeeding self-efficacy of primiparous women: A randomised control trial. 2013; S1871-5192(13)00401-0.
3. Moore Elizabeth R , Anderson Gene C , Bergman N, Dowswell T.Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. *Cochrane Pregnancy and Childbirth Group*. 2012.
4. Mark S. Scher, et al., Neurophysiologic Assessment of Brain Maturation

- after an Eight-Week Trial of Skin-to-Skin Contact on Preterm Infants, *Clinical Neurophysiology* 120. 2009; 1812-1818.
5. Morningstar MW, et al., Reflex control of the spine and posture: a review of the literature from a chiropractic perspective, *Chiropractic And Osteopathy* 13 .August 2005.
 6. Mooncey S, Giannakouloupoulos X, Glover V, The effect of mother-infant skin-to-skin contact on plasma cortisol and beta-endorphin concentrations in preterm newborns, *Infant Behavior & Development* 20 . 1997; 553-557
 7. Hunziker UA, Garr RG. Increased carrying reduces infant crying: A random-ized controlled trial. *Pediatrics* . 1986; 77:641-648
 8. Anderson, G.C, Current knowledge about skin-to-skin (kangaroo) care for pre-term infants, *J. Perinatol.* 1991; v. 11(3), p. 216-226.