

# El método canguro

El método canguro o “mamá canguro” promueve el vínculo afectivo, la salud y el bienestar y puede ser terapéutico tanto para usted como para su bebé.



## Para más información

- Consulte con el proveedor de atención médica de su hijo
- [www.seattlechildrens.org](http://www.seattlechildrens.org)

## Servicio gratuito de interpretación

- En el hospital, solicítelo a la enfermera.
- Fuera del hospital, llame a la línea gratuita de interpretación: al 1-866-583-1527. Menciónele al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.

## ¿Cómo es el método canguro?

También conocido como contacto de piel o “mamá canguro”, es cuando apoya a su bebé sobre su pecho sin que haya cobijas ni ropa entre usted y el bebé. Las mamás y los papás pueden ser padres canguros. Es ideal que lo haga con su bebé por 1 hora como mínimo limitando, durante ese tiempo, las transiciones entre la cama, los brazos y viceversa. Consulte con la enfermera, ella le puede ayudar a decidir cuándo usar el método canguro con su bebé.

## ¿Cómo le puede ayudar a mi bebé?

El método canguro puede:

- Mantener estable la temperatura y la frecuencia cardíaca/respiratoria del bebé
- Ayudarlo a dormir profundamente por más tiempo antes de pasarlo de una incubadora a una cuna
- Ayudar a que pase menos tiempo llorando: más tranquilo y despierto
- Ayudarlo a que empiece comer antes y a subir de peso

## ¿En qué puede ayudarme?

El método canguro puede:

- Hacerlos sentir más seguros como padres y atender sus necesidades
- Puede bajar el nivel de hormonas de estrés en la sangre
- Ayuda a reforzar el vínculo afectivo con su bebé
- Aumenta la producción de leche materna si está amamantando o usando la bomba
- Facilita la transición del biberón al pecho materno

Seattle Children's ofrece servicio gratuito de interpretación para pacientes, familiares y representantes legales sordos, con problemas de audición o con inglés limitado. Seattle Children's tendrá disponible esta información en formatos alternativos bajo solicitud. Llame el Centro de Recursos para la Familia al 206-987-2201.

Este volante fue revisado por personal clínico de Seattle Children's. Sin embargo, como las necesidades de su niño son únicas, antes de actuar o depender de esta información, por favor consulte con el médico de su hijo.

© 2018 Seattle Children's, Seattle, Washington. Todos los derechos reservados.