



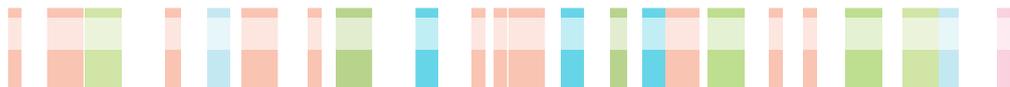
VIGILADO Supersalud
Unidad de Gestión de Servicios de Salud
Calle 10 de Agosto 1000, Lima 1000, Perú

Manual para padres **Contacto Canguro**



FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI

Excelencia en Salud al servicio de la comunidad



EL BEBÉ PREMATURO O DE BAJO PESO AL NACER



La gestación humana normal dura entre 37 y 40 semanas completas. Los bebés nacidos antes de este tiempo se llaman prematuros. Usualmente el peso de estos bebés es menor de 2.500 gramos; otros niños tienen peso bajo y no son prematuros, pero en la práctica prematuridad y bajo peso al nacer se tratan de igual forma.

*Muchos de estos niños tienen que superar patologías inherentes a su prematuridad y con frecuencia presentan dificultades para controlar su temperatura, la respiración o para alimentarse. Por ello la Fundación Valle del Lili pone al servicio de la comunidad un equipo multidisciplinario e idóneo que conforma el Programa **Contacto Canguro** entrenado para apoyar a los padres o cuidadores y acompañarlos a través de controles especializados en el aprendizaje de las habilidades requeridas para que brinden en casa un cuidado adecuado y seguro a su hijo.*

Contacto Canguro basa su diseño en la metodología madre canguro, ideada por el Dr. Edgar Rey en el Instituto Materno Infantil de la ciudad de Bogotá en el año de 1978, además de las modificaciones implementadas por la Dra Nathalie Charpak de la Fundación Canguro Bogotá.

Contacto Canguro es un programa de seguimiento continuo que promueve, estimula y apoya los tres pilares fundamentales del método: Posición Canguro, Lactancia Materna y Seguimiento Ambulatorio teniendo en cuenta las características culturales y climáticas de nuestra región.

SALIDA TEMPRANA DE LA HOSPITALIZACIÓN Y SEGUIMIENTO AMBULATORIO

Contacto Canguro ambulatorio tiene dos etapas. Para que estas puedan desarrollarse con éxito los padres del bebé recibirán entrenamiento en el manejo de los niños, idealmente desde la fase del canguro intrahospitalario.

PRIMERA ETAPA

Seguimiento específico del bebé prematuro durante el tiempo que requiera de la posición canguro y hasta las 40 semanas posconcepcional o hasta alcanzar los 2.500 gr. de peso. Durante la primera etapa el pediatra neonatólogo y la enfermera harán consulta diaria hasta cuando el bebé alcance una ganancia de peso preestablecida. Igualmente se harán algunas evaluaciones básicas especializadas, como el tamizaje oftalmológico auditivo y entrevistas psicosociales para verificar la adaptación al proceso canguro y evitar posibles riesgos que puedan afectar su adherencia.

SEGUNDA ETAPA

Se hace seguimiento del niño como alto riesgo pediátrico, hasta que alcance el año de edad corregida (un año a partir de la fecha en que debía haber nacido, es decir, la fecha probable de parto). En esta etapa se aplicaran test para valorar el desarrollo psicomotor y neurológico.

En **Contacto Canguro** se administrará el esquema de vacunación del Programa Ampliado de Inmunización (PAI) durante el primer año de vida del bebé.

LA POSICIÓN CANGURO: Hace referencia al contacto piel a piel entre el bebé y la madre, padre o el cuidador, quienes hacen las veces de incubadora interactuando como fuente principal de calor para el niño, lo cual facilita el estímulo sensorial y afectivo.





Importante: La madre, padre o cuidador que mantiene al bebé en posición canguro debe estar en óptimas condiciones de salud, la piel no debe presentar lesiones ni signos de infección, además es necesario mantener excelentes condiciones de aseo, no se debe usar pulseras, anillos, collares o adornos que puedan lastimar al bebé, se debe evitar usar perfumes y cremas.



Colocación del bebé en posición canguro:

En la posición canguro, el bebé se coloca pegado del pecho de su madre en estricta posición vertical "posición de rana", la cabeza debe estar por encima de los pechos para que la vía aérea permanezca libre y permeable y girar de derecha a izquierda cada vez que el niño coma, evitando que el niño se canse en una sola posición.

Beneficios de la Posición Canguro:

- Fortalece el vínculo afectivo
- Genera protección y seguridad para el bebé.
- El bebé aumenta más rápido de peso al disminuir la actividad motora y muscular, favoreciendo el ahorro de gasto energético.
- La madre recupera su responsabilidad y participación en los cuidados básicos del bebé, fortaleciendo su seguridad.
- La posición vertical disminuye la probabilidad de bronco aspiración.
- El bebé permanece caliente y evita usar sus propias calorías para calentarse, por ende no pierde peso.
- La respiración del bebé es más regular y profunda, esto disminuye los riesgos de apnea (falta de respiración).
- La posición vertical evita o disminuye episodios de regurgitación.

Manual para Padres

- La frecuencia cardíaca y la saturación del oxígeno se mantienen estables con tendencia a un ligero incremento en la saturación.
- Permite estimular al bebé mediante caricias.
- Aumenta el retorno a sueños estables.
- Acorta la estancia hospitalaria.

Ropa del niño canguro: El bebé se viste muy ligeramente de manera que la mayor parte de su cuerpo entre en contacto piel a piel con su madre, debe llevar una camisilla abierta adelante, un gorro, medias y pañal.

Ropa de la madre canguro: Preferiblemente debe usar ropa interior en algodón, una faja de algodón con lycra para sostener al bebé y blusas con escote amplio y abiertas adelante, para que le permita vigilarlo y acariciarlo fácilmente.

Riesgos de la Posición Canguro

- Cansancio o agotamiento de la madre, padre o cuidador.
- Poca ganancia de peso por parte del bebé.
- Pausas en la respiración del bebé (apnea por la posición de la cabeza).
- Rehospitalización del bebé.

LACTANCIA MATERNA

La leche materna no es solamente alimento, es tejido humano hecho líquido. Además es tiempo de alta calidad compartido con el bebé que fortalecen a la madre, a la familia y a la sociedad.



La nutrición del bebé canguro, idealmente debe estar basada en la leche de su propia madre por ser la más segura y apropiada en cuanto a sus requerimientos nutricionales e inmunológicos y se le debe administrar con frecuencia de dos o tres horas.

Ventajas de la lactancia materna para el bebé prematuro

En los bebés prematuros la leche humana proporciona grandes ventajas, mientras más leche reciba, mayores son los beneficios:

- Mejor tolerancia a la alimentación.
- Protección contra las infecciones respiratorias.
- Menor riesgo de alergias.
- Mejor función de la retina.
- Reducción de enfermedad cardíaca.
- Mejor desarrollo neurológico y cognitivo.
- Maduración más rápida del tronco cerebral que resulta en mejor control de la respiración y otras funciones del mismo.

Ventajas de la lactancia materna para la madre



- Prevención de la hemorragia posparto.
- Pérdida de peso acumulado durante el embarazo y recuperación más rápida de la figura corporal.
- Mejor apego y reducción del estrés posparto.
- Amenorrea, espaciamiento entre embarazos.
- Prevención de cáncer de mama y ovario.

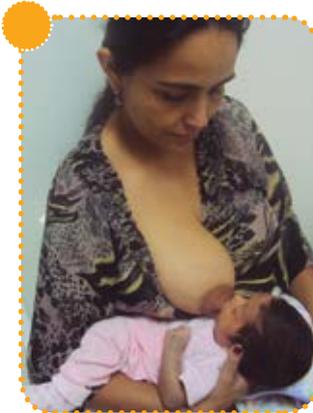
POSICIONES PARA AMAMANTAR



Posición de cuna
(barriga con barriga)



Posición de cuna cruzada
(barriga con barriga)



Posición de Sandía
(cuerpo del bebé
hacia atrás)



Posición recostada
de lado

Signos de buena posición y buen agarre



- La cabeza y el cuerpo del bebé están en línea recta.
- La cara del bebé mira hacia el pecho.
- La madre mantiene el cuerpo del bebé cerca de ella.
- El mentón y la nariz del bebé están cerca del pecho de la madre.
- El labio inferior está evertido (hacia afuera).
- La boca del bebé está bien abierta.
- Se observa más areola por encima de la boca del bebé que por debajo, el agarre es asimétrico.

TÉCNICA PARA MASAJEAR LOS SENOS

Primero lávese las manos y aliste un recipiente estéril para recoger la leche que se logre extraer.

Es importante que antes de iniciar la extracción de la leche materna se realice un masaje en los senos, para ello:

- 1 Divida el seno en 4 partes simulando un reloj, así tendrá las 12 en la parte superior, las 6 en la parte inferior, las 3 en la parte externa del seno y las 9 en la parte interna.



2 Frote sus manos por unos segundos, luego en forma plana y firme ubique una mano en las 12 y otra en las 6 y ejerza una suave presión.



3 Mueva una de sus manos y forme pequeños círculos alrededor del seno sin presionar con los dedos, mientras esto pasa la otra mano está firme.

4 Ubique una de sus manos en la parte interna del seno y con la otra mano realice movimientos circulares a nivel de la axila.

5 Repita el mismo proceso con la mano opuesta hasta ver que empiezan a caer gotas de leche, haga el mismo proceso en el seno contrario.

6 Este proceso no debe causar dolor ni dejar marcas en los senos, para eso se requiere delicadeza al ejercer la presión.



Si el bebé no está succionando directamente del seno, repita este procedimiento cada vez que vaya a realizar extracción manual de leche materna, puede ser cada tres horas, esto le evitará retención o disminución en la producción.

TÉCNICA PARA LA EXTRACCIÓN MANUAL DE LA LECHE MATERNA

Luego de realizar un masaje correcto en los dos pechos, coloque su mano en forma de “C” con el dedo pulgar por encima del pezón y la areola y el dedo índice por debajo, de manera que queden opuestos. Con un movimiento suave lleve su pecho hacia atrás (hacia las costillas), presione suavemente como cuando se coloca la huella digital y sin deslizar los dedos sobre la piel del pecho, suelte la presión ejercida, una y otra vez, hasta ver que la leche empieza a fluir libremente, cambie la posición de los dedos alrededor de la areola siguiendo la dirección de las manecillas del reloj, para que así se drenen todos los ductos con eficiencia.



TRANSPORTE Y CONSERVACIÓN DE LA LECHE MATERNA

- Recoja y almacene la leche materna en un recipiente estéril.
- Marque el recipiente con la leche que va a refrigerar con fecha y hora de extracción.
- Conserve la leche en la puerta de la nevera aislada de otros alimentos por un tiempo máximo de 24 horas.
- Si tiene que transportar la leche materna conserve la cadena de frío, puede ayudarse de termos con hielo.
- Si va a administrar la leche refrigerada a su bebé, primero sáquela de la nevera y déjela a temperatura ambiente y luego caliéntela al baño maría.

MASAJE PARA BEBÉS

El masaje de los bebés es una costumbre milenaria. Es una técnica que permite mediante el contacto acariciar al bebé al mismo tiempo que se le está brindando estímulo a través de cada movimiento dirigido. El masaje consiste en un conjunto de movimientos realizados por los padres o cuidadores al bebé, estos le causan placer y le proporcionan muchos beneficios al crear un momento especial de relación humana.



Beneficios del masaje para el bebé

- Ayuda a activar la función circulatoria, respiratoria y gastrointestinal, mejorando las molestias producidas por gases, cólico y estreñimiento.
- Estimula y fortalece la comunicación no verbal a través de las caricias, el tacto, la mirada y la sonrisa.
- Relaja y alivia el stress al que se ve enfrentado el bebé ante tantos estímulos desconocidos para él.
- Intensifica la comunicación afectiva entre el bebé y su entorno.
- Estimula el sistema inmunológico y mejora el desarrollo del sistema nervioso.
- Proporciona un sueño tranquilo y profundo.
- Aumenta la autoestima del bebé y fortalece la confianza en sus padres.
- Tonifica músculos y estimula la motricidad.
- Disminuye los cólicos y favorece el apetito.

Beneficios para los Padres

- Ayuda a superar la depresión posparto mejorando la relación con el bebé.
- Disminuye el estrés en los padres que deben separarse del bebé durante el día.
- Permite a la familia reunirse a disfrutar de un momento especial e íntimo afianzando lazos de amor.
- Favorece la confianza de los padres en sí mismos.

La técnica de masaje que usaremos se llama **Shantala**, es una técnica que respeta el patrón del neurodesarrollo normal y que va desde la parte proximal a la distal (desde la cabeza hasta los pies). Este tipo de masaje es una propuesta de Contacto Canguro pero los padres pueden utilizar otra técnica de masaje que les agrade, lo más importante es la conexión y el estímulo que se logra entre padres y bebé.

Para iniciar debemos acondicionar un lugar en un ambiente cálido y acogedor, el principal propósito es hacer de este momento algo especial tanto para la persona que brinda el masaje como para el bebé que lo recibe. Puede ambientarse el lugar con música suave.

El masaje puede hacerse todos los días como una rutina después del baño o antes de acostarlo.

Pecho

Se inicia en el pecho del bebé conservando un ritmo lento y uniforme a lo largo de todo el masaje, ponga sus manos en el centro del pecho y diríjase hacia afuera formando un corazón, repítalo durante tres o cuatro veces.



Brazos y Manos

Empiece en el hombro y diríjase lentamente y con una presión suave y uniforme hasta la mano, masajee dedo por dedo, estirándolo suavemente hacia arriba, repita esto en el lado contrario.



Abdomen

Realice pequeños círculos en dirección de las manecillas del reloj o simule las olas del mar de arriba hacia abajo, con las piernas ligeramente elevadas, esto alivia los cólicos y mejora la digestión.



Espalda

Ubique al bebé acostado boca abajo sobre una superficie suave con su cara ubicada hacia un lado y sus manos sobre la espalda, deslícela suavemente en dirección contraria (mientras una mano sube la otra baja).



Piernas y Pies

Con su mano en forma de “C” abrace la pierna y deslícela realizando movimientos de torsión desde el muslo hasta el tobillo, mientras la otra mano sostiene el pie; altérnelas. Las plantas de los pies se masajean con pequeños círculos con el dedo índice y los dedos se estiran suavemente hacia arriba.



Cara

Es la última zona que se masajea y se hace con movimientos muy suaves con los pulgares, empiece por la frente y las cejas hacia afuera, de la nariz hacia las mejillas, en la boca dibuje unos bigotes en el labio superior y una sonrisa en el mentón y la mandíbula con pequeños círculos.



Siempre al terminar cárguelo y dele un abrazo y un beso así él sabrá que terminaron la sesión.

El masaje debe tener una duración máxima de 10 minutos, repitiendo cada movimiento de 3 a 4 veces. Evite realizar el masaje si el bebé acaba de comer, está indispuesto o enfermo.



LAVADO NASAL PARA BEBÉS

Los recién nacidos respiran a través de la nariz, por ello la congestión nasal en los primeros meses de vida puede causarle dificultades para respirar y para alimentarse al pecho, además puede interferir con los oídos y con el sueño del bebé.

Objetivos

- Limpiar y arrastrar las secreciones de la nariz.
- Limpiar los alérgenos e irritantes de la nariz.
- Disminuir la hinchazón de la capa interna de la nariz.

Masajear el pecho para aliviar molestias producidas por la tos, lo cual se logra con un suave movimiento formando un corazón. Para aflojar y drenar los mocos deslice los dedos índice desde la parte superior de la nariz hasta la mitad del pómulo, esto ayuda.

El lavado nasal consiste en introducir una pequeña cantidad de solución salina normal por las fosas nasales para remover las secreciones que puedan causar obstrucción.

Coloque al bebé de medio lado y aplique un poco de solución salina normal en la fosa nasal que queda arriba, tapando la fosa contraria, esto le producirá estornudo al bebé y expulsará los mocos hacia afuera o se los tragará para expulsarlos después en la deposición, repita el proceso en el lado contrario y con el bebé de medio lado.

SIGNOS DE ALARMA

Los gérmenes habitan en todos los lugares y especialmente en nuestras manos, por ello y sin saberlo usted puede contagiar fácilmente a su bebé si no tiene buenos hábitos de higiene al entrar en contacto con el niño y estrecharle las manos, besarlo, acariciarlo, alimentarlo o simplemente tocarlo.

A continuación encontrará una lista de las cosas que debe hacer para evitar complicaciones con el bebé en casa:

- Lávese las manos con jabón antes de entrar en contacto con su bebé.
- No bañe a su bebé hasta que alcance un peso superior a 2.500 gr.
- Mantenga al bebé en posición canguro o abrigado para evitar que pierda calor (hipotermia).
- Mantenga al bebé alejado de personas que fumen.
- Evite visitar lugares muy concurridos con su bebé.
- Evite que personas con resfriados se acerquen, besen, tosan o estornuden cerca del bebé.
- Evite que su bebé duerma boca abajo.

Usted debe acudir al Servicio de Urgencias siempre que encuentre algún signo que pueda perjudicar a su bebé:

¿Cuándo debe consultar?

- Si el bebé vomita frecuentemente y en forma abundante.
- Si los labios o uñas se tornan azuladas o pálidas.
- Si presenta deposiciones líquidas (diarrea).
- Si las costillas se le marcan al respirar.
- Si presenta fiebre (temperatura mayor a 37,8 C) confirmado con termómetro.
- Si presenta hundimiento del esternón para poder respirar.
- Si presenta dificultad para la lactancia o la alimentación (no quiere comer).
- Evite administrar medicamentos u otras sustancias a su bebé sin la fórmula de un pediatra, y acuda de inmediato al Servicio de Urgencias de la Fundación Valle del Lili.
- Si presenta dificultad para respirar (respiraciones muy débiles o muy rápidas) o produce silbidos al respirar.

MANEJO DE OXÍGENO EN CASA

Recuerde siempre que el oxígeno es un medicamento y como tal se debe tener precauciones y no abusar de su uso, debe estar formulado por un pediatra en cuanto a dosis y momentos de administración y haber comprendido muy bien las indicaciones para su uso seguro y óptimo con su bebé.

Partes de la bala de oxígeno



Recomendaciones

- Ubique la bala (contenedor donde se almacena el oxígeno) en un lugar donde no le dé el sol directamente.
- No permita que fumen cerca al bebé o a la bala de oxígeno.

Ubique la bala en una esquina de la habitación para evitar que alguien tropiece con ella.

- Verifique en el reloj de la bala que viene marcado con números grandes que tan llena o vacía está la bala. Cuando la aguja se aproxima al área roja indica que el oxígeno se está terminando, pero tiene una reserva que da espera hasta la próxima recarga.
- También, tienen un reloj con números pequeños, inclusive fraccionarios, con el que se mide cuanto oxígeno le da al bebé.
- Nunca corte los prons de la cánula (la parte que va dentro de la nariz).
- Nunca suspenda el oxígeno si no es orden médica.
- Cambie el agua diariamente, hasta la mitad ó menos, nunca lleno.



COMO SUJETAR LA CÁNULA NASAL

- Utilice cinta adhesiva anti-alérgica.
- Cambie la fijación sólo cuando sea necesario.
- Si está muy pegado, humedézcalo con alcohol para facilitar retirarlo.
- Coloque la fijación lo más cerca posible a la nariz para mantener una buena ubicación de la cánula.

SIGNOS DE ALARMA

- Tono azulado de la piel de los labios, encías y lengua.

- Aunque no haya cianosis debe consultar de inmediato cuando el bebé presenta respiración rápida.
- Mueve las alas de la nariz todo el tiempo cuando respira, las costillas y el esternón se hundan al respirar.

SI EL BEBÉ SE PONE MORADO USTED DEBE:

- Mantener la calma.
- Observe toda la conexión del oxígeno y cerciórese que todo esté bien, puede ser que la cánula no está dentro de la nariz del bebé o está acodada.
- La cánula puede estar obstruida por secreciones de la nariz (mocos).
- Puede haber una oclusión en alguna parte del trayecto de la cánula (agua).
- Verifique la conexión de la cánula al humidificador.
- Verifique que el reservorio del agua esté bien enroscado o el oxígeno se escapará.
- Verifique que el agua siempre haga burbujas, esto significa que

el oxígeno sale normalmente hacia la nariz.

- Puede aumentar la cantidad de oxígeno mientras el bebé se recupera. Máximo hasta $\frac{1}{2}$ (medio) litro.
- Disminuya la cantidad de oxígeno hasta la cantidad ordenada, cuando el bebé se haya recuperado.

Si el bebé no se recupera acuda de inmediato al Servicio de Urgencias.



LAS VACUNAS

Las vacunas son sustancias hechas con los mismos microbios, muertos o debilitados que causan la enfermedad y se aplican a los bebés para que el cuerpo produzca otras sustancias que se conocen como defensas o anticuerpos que lo protegen de esta enfermedad.

¿Qué son las vacunas?

Para cada virus y bacteria debilitada el cuerpo produce un anticuerpo específico.

Estos anticuerpos le permiten al bebé defenderse de esa enfermedad cuando lo ataca.

Los anticuerpos permanecen dentro del cuerpo del bebé por mucho tiempo evitando que se enferme y con el tiempo la cantidad de algunos de estos anticuerpos disminuye, por lo que se requiere de refuerzo y se debe volver a vacunar al bebé.

Molestias que pueden causar al bebé:

Las vacunas pueden producir leves reacciones en los niños o adultos como:

- Malestar general.
- Fiebre moderada.
- Dolor o inflamación donde se aplicó la vacuna, puede mejorarse con la aplicación de paños de agua fría en el área del dolor.
- Aparición de una pequeña induración en el lugar de la aplicación de la vacuna, la cual desaparece espontáneamente en 1 a 2 semanas después.

*Todos estos síntomas son pasajeros
y en muchos casos no se presentan pero si los síntomas
persisten consulte al pediatra.*

¿Cuándo se debe vacunar al bebé?

En el programa de seguimiento Contacto Canguro estaremos pendientes del esquema de vacunación del bebé.

Todos los niños independientemente de que sean o no prematuros deben recibir durante el primer año y en forma **OBLIGATORIA** las vacunas que se indican en el esquema de vacunación Colombiano.

Contacto Canguro

Torre de Hospitalización, 2° Piso

Fundación Valle del Lili

Carrera 98 No. 18-49 • Cali

Teléfono: 331 9090 Ext. 4220 - 4224 - 4226

www.valledellili.org



FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI

Excelencia en Salud al servicio de la comunidad