



## Método madre/padre canguro



### ¿Qué es el método madre canguro?

Consiste en tener al bebé (generalmente un prematuro) semidesnudo o vestido únicamente con el pañal, en contacto directo piel con piel sobre el pecho descubierto de su madre o de su padre, en posición canguro (ver más adelante). Se pretende que esta situación se mantenga durante el mayor número de horas posibles al día, en beneficio del bebé.

### ¿Dónde se realiza?

Es una forma de cuidar a los bebés prematuros que se practica en las unidades de neonatología de hospitales de muchos países, porque es buena para el niño, es segura, humaniza la atención médica y se complementa con la alta tecnología. También se puede hacer, claro está, en el domicilio, tras el alta hospitalaria.

### ¿Por qué se recomiendan los cuidados canguro?

Está comprobado que el bebé en contacto piel con piel regula mejor su temperatura que en la incubadora. Además, se facilita y mantiene la lactancia materna, y se reduce el número de días de ingreso en el hospital. Pero, por encima de todo, promueve la relación amorosa entre la madre y el padre con su hijo enfermo o prematuro.

### ¿En qué consisten estos cuidados?

Los componentes fundamentales de los cuidados canguro son la posición canguro, la alimentación con leche materna y la preparación de los padres para el cuidado de su hijo, para hacer posible un alta temprana del hospital.

- **Posición canguro:** se coloca al niño, vestido con el pañal y a veces también con un gorro, en posición vertical sobre el pecho desnudo de la madre o del padre, con la cabeza de lado y el oído cerca del corazón de los padres, los brazos y las piernas del bebé deben estar flexionadas y con una mano cerca de la boca.

Los padres vestirán con **ropa amplia, por ejemplo una camiseta elástica, que permita cobijar en su interior al recién nacido y les sirva de sujeción para poder relajarse e incluso dormir cuando el niño duerma.** Han de disponer de un sillón cómodo reclinable y un ambiente lo más íntimo posible, con luz suave y poco ruido.

La posición canguro debe iniciarse lo antes posible, prolongarse durante el mayor número de horas al día y continuarse tantos días o semanas como el niño necesite.

- **Alimentación con lactancia materna:** El método canguro incluye habitualmente la alimentación con leche materna. El bebé puede iniciar poco a poco la succión del pezón hasta ser capaz de mamar directamente del pecho sin salir de la posición canguro.
- **Participación de los padres en el cuidado diario de su hijo.** Se busca que sean ellos, y sobre todo la madre, los principales proveedores de sus necesidades físicas (calor, alimentación) y emocionales (amor, protección, estímulos suaves). También se trabaja en la preparación del niño y los padres para el alta lo

antes posible, cuando su situación lo permita.

## **¿Quién puede recibir los cuidados canguro?**

Pueden recibirlos todos los recién nacidos. Como consecuencia, regulan mejor la temperatura, el ritmo cardíaco y respiratorio, lloran menos, están más tranquilos y consiguen con más facilidad el establecimiento de la lactancia materna.

La práctica del método canguro en las unidades neonatales está principalmente dirigida a los prematuros, indistintamente de su peso y grado de prematuridad, pero también a cualquier recién nacido que esté muy enfermo. Se recibirá este cuidado siempre y cuando la situación sea estable, es decir, cuando las constantes vitales se mantengan sin variaciones importantes.

## **¿Quién puede darlos?**

Todas las madres y padres pueden realizar el método canguro con su hijo. En algunas ocasiones también puede realizar el cuidado canguro otra persona de la familia, cercana al niño.

## **¿Cuándo empezar a realizarlo?**

Según el grado de prematuridad o afectación, se puede comenzar inmediatamente tras el nacimiento o habrá que esperar un tiempo. En caso de que el niño pueda iniciar el canguro pero la situación de la madre no lo permita, se recomienda que comience el padre.

## **¿Quién decide cuándo dejar de hacer canguro?**

La posición canguro se mantiene hasta que el niño que fue prematuro deja de encontrarse cómodo y es capaz de regular su temperatura adecuadamente. Esto suele pasar aproximadamente cuando se cumplen las 38 semanas desde el comienzo del embarazo. Es decir, muchos de los niños que nacen en su momento (  término  no están a gusto en esta posición, ni siquiera al poco de nacer.

El bebé es quien decide y lo expresa claramente con signos de incomodidad como sudar, retorcerse, protestar. Para él,  es tiempo de nacer  A partir de este momento, se recomienda a los padres dejar el cuidado canguro gradualmente y realizarlo ocasionalmente después del baño o cuando el niño necesite calmarse.

## **¿Por qué se practica especialmente con los prematuros?**

En canguro, el bebé prematuro se siente en un ambiente más parecido al útero materno y esta posición le aporta estímulos suaves, tranquilizadores y llenos de ternura, que solo sus papás pueden darle.

Estos bebés no son capaces de controlar la temperatura de su cuerpo, por eso hay que mantenerlos dentro de la incubadora o, mejor, en contacto piel con piel.

El cuidado en canguro ofrece  cerebral  ya que amortigua el efecto de todo tipo de agresión o estrés (ruido, luz, manipulaciones molestas, etc.) sobre un cerebro inmaduro y frágil.

El método canguro no sustituye a la atención médica y los tratamientos complejos que el niño requiera, sino que humaniza y complementa la elevada tecnología y cuidados de los profesionales con los cuidados que estos niños necesitan de sus padres.

## **¿Qué beneficios tiene el método canguro?**

- Resumiéndolo en pocas palabras, esta forma de cuidar a los recién nacidos pretende parecerse algo a alargar su tiempo de estancia dentro de su madre \* aunque ya hayan nacido; pero contactando, en vez de desde dentro, desde fuera, "piel con piel".
- Las reacciones hormonales que provoca en la madre favorecen el establecimiento del vínculo madre-hijo y el de la lactancia materna.
- El bebé que nace antes de tiempo necesita así menos ayudas externas (control de temperatura, oxígeno \* llora menos, duerme mejor y más tiempo y, como consecuencia de todo, también gana más peso. Además,

está más protegido de estímulos molestos.

- El contacto físico con sus padres es, para el niño prematuro, una fuente de estimulación e interacción necesaria para el desarrollo físico y cerebral.
- Este método une a los padres en la atención a su hijo, convirtiéndolos en cuidadores activos, confiados en su propia capacidad para criarlo, pese a su fragilidad.
- El contacto piel con piel, siguiendo el método canguro, es una alternativa frente a la incubadora. Una oportunidad única de los padres y el recién nacido para mantenerse juntos durante el ingreso en el hospital e iniciar el vínculo y apego entre ellos. También promueve la participación activa de los padres en el cuidado de su hijo y la sensación de sentirse útiles.

Artículo publicado el 23-2-2014, revisado por última vez el 5-3-2014

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/metodo-madrepadre-canguro>