

NECESIDADES DEL RECIÉN NACIDO: CÓMO DARLE LA MEJOR DE LAS BIENVENIDAS

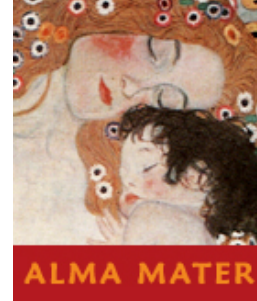
¡¡Violeta acaba de nacer!! La comadrona ha depositado su cuerpecito tibio y resbaladizo sobre el vientre de Sofía, su mamá. Sofía llora de pura alegría. Se funde con su bebé en un abrazo ansiadamente esperado, postergado durante algo más de nueve meses. Es el amor hecho carne. Su papá, Nicolás, abraza a su vez a la recién estrenada madre, sosteniéndola, dando rienda suelta a su instinto más primario de protección, disfrutando de este primer encuentro mágico en intimidad. La comadrona observa desde un discreto segundo plano el encuentro cotidiano y a la vez milagroso. Al mismo tiempo que respeta la bienvenida a Violeta por parte de su madre y su padre, vigila muy de cerca su bienestar. Sin interrumpir el primer y necesario contacto entre mamá y bebé, realiza una examinación inicial del tono de piel de la chiquitina, la velocidad de su respiración, su capacidad para moverse –tono muscular- y su capacidad para reaccionar ante los estímulos (es lo que se denomina el test de Apgar, realizado al minuto de vida de la criatura, así como a los 5 minutos). Todo parece en orden.

Sin separar a Violeta de su mamá, la comadrona retira con una gasa el exceso de secreciones de la boquita y la nariz, para facilitar su respiración. Las luces del cuarto aún permanecen en una agradable penumbra, lo que hace posible que Violeta y su mamá puedan entregarse al conocimiento mutuo: es esa primera mirada de trascendencia cósmica que las unirá para siempre. Violeta tiene sus ojitos abiertos de par en par, está alerta, ¡¡no quiere perderse esta primera cita!! La suave luz ayuda a que pueda reconocer a su mamá. Todos los presentes permanecen en silencio para que no haya distracciones. Sólo se oyen las palabras suavemente susurradas de Sofía hacia su hija: “Bonita, tesoro...¡¡Teníamos tantas ganas de conocerte!!”. Violeta escucha a su mamá ensimismada, bebiendo de su voz, de su mirada, de su aroma. Vinculándose con ella en un modo estrechísimo, amparada por este cuerpo a cuerpo delicioso. Porque es el lenguaje de la piel contra la piel el que Violeta mejor entiende. Es lo primero que reconoce: ese olor, ese tacto, ese cuerpo...el mismo, pero del revés. Reconoce el latir de ese corazón, el ritmo de sus respiraciones...¡¡sí, definitivamente ésa es su mamá!! Aunque la perciba de modo diferente.

Sofía y Violeta se entregan a este cuerpo a cuerpo disfrutando de la tibieza del ambiente. Ninguna de las dos siente ningún frío, lo que hace que puedan estar sin ropas que alejen y distancien su primer encuentro. A Sofía le gusta el olor dulzón de Violeta. A Violeta le es familiar el olor de los pechos de su mamá (que segregan una sustancia de olor similar al líquido amniótico). Esto le ayuda a Violeta a encontrar el pezón con más facilidad y prenderse de él. La unión es ya perfecta, en este abrazo de leche y miel entre Violeta y Sofía.

Hemos acudido junto con esta recién estrenada familia a la mejor de las bienvenidas que una recién nacida puede tener. Iremos viendo paso por paso cómo Violeta ha sido respetada en sus necesidades como “cachorro mamífero”, lo cual tiene como resultado final el establecimiento de un estrecho vínculo entre mamá y bebé, así como el inicio precoz y satisfactorio de la lactancia materna.

En primer lugar, la bebé, nada más nacer, es puesta en **contacto piel con piel** con su madre. Esto es posible en todos los recién nacidos a término sanos –que son la gran mayoría-. Este primer contacto contribuye a que la bebé mantenga su temperatura corporal sin enfriarse. Los estudios del **método madre canguro (MMK)**, han demostrado que el cuerpo de la madre puede no sólo proporcionar **calor** de modo superior a cualquier medio técnico –léase lámpara térmica o incubadora- sino que además, puede ayudar a **regular la temperatura** del recién nacido. Esto se traduce en que la temperatura del cuerpo materno puede variar en un par de grados hacia arriba o hacia abajo en función de las necesidades del recién nacido. De esta manera la



temperatura de la criatura se mantiene más estable que si el calor proviniese de una incubadora (1).

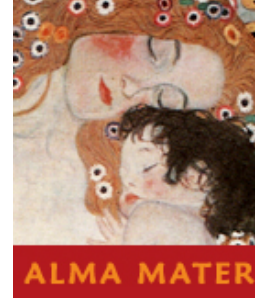
El contacto cuerpo a cuerpo también facilita la **colonización** del cuerpo estéril de la bebé por los **microorganismos propios de la madre**, contra los que ha estado recibiendo anticuerpos vía transplacentaria a lo largo del embarazo. Esto evita que la vulnerable recién nacida sea colonizada por gérmenes patógenos del ambiente o de otras personas, contra los que no está protegida.

Pero no acaban aquí las virtudes del contacto piel a piel. Es en el cuerpo de la madre –y únicamente en este acogedor lugar- en el que Violeta podrá desenvolver los mecanismos con que la Naturaleza le ha dotado para su supervivencia. Un bebé al nacer, no viene al mundo completamente indefenso. No es una criatura pasiva e inmóvil. Filogenéticamente hemos sido diseñados a lo largo de milenios como mamíferos pertenecientes al grupo de los primates superiores. Ello quiere decir que venimos preparados con una serie de respuestas instintivas que favorecen el desplazamiento del bebé humano hasta las mamas, así como el enganche a las mismas y la instauración de la lactancia materna (2). Dejada sobre el vientre de su madre, Violeta irá impulsándose con sus piernitas –reflejo de la marcha- hasta llegar cerca de los pechos. Allí, el color oscuro del pezón y la areola sobre la mama blanca, así como el olor familiar similar al del líquido amniótico segregado por las glándulas que rodean el pezón, hará posible el reconocimiento de aquel lugar como el proveedor de alimento. Con sus manitas comenzará a palmotear y masajear los pechos (reflejo de prensión), estimulando la producción de oxitocina que facilitará la expulsión del calostro. A continuación, buscará con ayuda del tacto de sus mejillas y barbilla el pezón (reflejo de hociqueo), lo lamerá y finalmente, cuando esté preparada se enganchará libremente. Esto sucede en el 90% de los casos de modo espontáneo dentro de los primeros 60 minutos post nacimiento (3).

El inicio precoz de la lactancia materna está asociado a un menor abandono de la misma durante las primeras semanas así como a una menor incidencia de dificultades (mal agarre, grietas, etc.), y una mayor duración de la lactancia materna.

Para que este contacto cuerpo a cuerpo sea facilitado en la mayor medida posible, otros factores importantes deben ser tenidos en cuenta. Fundamentalmente, la **temperatura** de la habitación en la que se hallen madre y bebé debe ser **muy cálida**. Lo suficientemente cálida como para que ambas estén desnudas sin sentir frío. El frío provoca en la madre estrés, temblores que pueden llegar a ser bruscos y la secreción de adrenalina. La adrenalina es una hormona que inhibe directamente la secreción de oxitocina, hormona que hace posible la secreción de la leche por las mamas así como la contracción apropiada del útero una vez que se ha expulsado la placenta. De modo que si la mamá siente frío, correrá el riesgo de un mayor sangrado. Por parte del bebé, el frío le coloca en un peligroso lugar de hipotermia (baja temperatura) que su cuerpecito tratará de remitir empleando toda la energía disponible. Esto supondrá un gasto energético que podría conducirle a una hipoglucemia (baja cantidad de azúcar en sangre). Ambas situaciones (hipotermia e hipoglucemia) pueden ser de elevado riesgo y conllevarán inevitablemente a una separación madre-bebé, dificultando el primer encuentro, el establecimiento de un vínculo estrecho y la puesta en marcha precoz de la lactancia materna. El **calor ambiental**, es por tanto, de vital importancia para que todos estos eventos de un contacto cuerpo a cuerpo entre mamá y criatura sean posibles.

Entre otros factores ambientales a propiciar para la diada madre-bebé se hallan la luz tenue, los sonidos amortiguados y los olores suaves. Como hemos visto, para que Violeta pueda tener los ojos bien abiertos para ver a su mamá por primera vez, la **luz** de los alrededores debe ser **muy suave**. Los recién nacidos provienen de un medio oscuro donde todos los estímulos sensoriales eran filtrados, tamizados y atenuados por el medio acuático uterino. De tal modo, una luz



excesivamente fuerte o brillante resultaría dolorosa para la bebé, que se limitaría a cerrar fuertemente sus ojos para protegerse. Se vetaría así la primera mirada entre la madre y su criatura, semilla para una futura estrecha relación entre ambas, base de su enamoramiento.

No sólo debe cuidarse con mimo la luz; los **ruidos** deben ser **reducidos** al máximo posible. De la misma manera que en el útero llegaban hasta la bebé todos los sonidos suavizados, se tendrá muy en cuenta el no herir sus tiernos sentidos con ruidos, gritos y pitidos. Sólo servirían de distracción interponiéndose en esta primera cita. Los ruidos no sólo distraen la atención de la recién nacida. Si son excesivamente fuertes, pueden llegar a provocar que la bebé se cierre al exterior entrando en un estado de sueño prolongado, de desconexión del mundo: traducido en un encuentro postergado y un inicio de la lactancia materna tardío, fuente de numerosos problemas.

Al igual que para Violeta el **olor** de su madre Sofía era de suma importancia a la hora de orientarse, reconocerse y ubicarse, el olor del ambiente no debe imponerse. Para ello evitar los olores fuertes de antisépticos, desinfectantes, jabones e incluso colonias y perfumes. Los olores del cuerpo a cuerpo son inequívocos, pero sutiles, y actúan a modo de guía invisible para la bebé. En los recién nacidos, son los sentidos más arcaicos los que más desarrollados y establecidos se encuentran: esto es, el tacto y el olfato. El olor corporal y el del líquido amniótico guían al bebé como un mapa hacia el tesoro: los pechos y el calostro que en ellos celosamente se guarda.

En realidad, todos estos factores son sencillos de tener en cuenta atendiendo a las necesidades propias del bebé humano: las necesidades genuinas de una cría mamífera perteneciente al grupo de los primates superiores. Esto es, una cría de cerebro proporcionalmente grande, que la convierte a la vez en extremadamente vulnerable dada la inmadurez con la que obligadamente ha de venir al mundo (un cerebro así de grande no podría pasar por la pelvis materna a no ser que el nacimiento se produjera antes de terminar el período de desarrollo del sistema nervioso central) (4). Un bebé humano, precisa de contacto precoz y mantenido con su madre, que se convierte en una matriz exterior, un regazo acogedor y cálido, o dicho al modo de los biólogos, el **nicho biológico** en el que la criatura puede desarrollar el programa genético que la Naturaleza ha dispuesto para su supervivencia: la danza madre-bebé entre Sofía y Violeta a la que hemos acudido en silencio. Sólo en este lugar podrá Violeta desplegar sus aptitudes innatas de trepar, agarrar, palmotear, lamer...que le llevarán inequívocamente al dulce pecho materno (5).

En suma, Sofía encarna todo aquello que Violeta necesita. El cuerpo a cuerpo con la madre. En un ambiente cálido que permite a la piel desplegarse sobre la piel. De semi oscuridad que posibilita la mirada atenta, de enamoramiento. Donde los sonidos que se escuchan son las palabras de amor susurradas en el oído de la bebé, y el olor ancestral de los cuerpos, las entrañas, la tierra húmeda lo inundan todo. Ése es el lugar natal al que todo bebé retorna, desde las distancias oceánicas del inframundo acuático del útero materno. Una reconexión con aquello que ya conocen, pero desde otro ángulo. La mejor bienvenida posible. Todo lo que Violeta necesita.

NECESIDADES DEL RECIÉN NACIDO: CONTACTO PIEL CON PIEL PRECOZ

- Colonización por flora bacteriana materna: **menor** riesgo **infecciones**.
- Fuente de **calor** óptima/regulación adecuada de temperatura
- **Nicho biológico** adecuado a capacidades innatas del bebé
- Establecimiento precoz de la **lactancia materna**
- Favorecimiento de las contracciones uterinas: **menor** riesgo de **sangrado**
- Comienzo idóneo para el desarrollo del **vínculo madre-bebé**



NECESIDADES DEL RECIÉN NACIDO:

LUZ: Luces **tenues** que permitan primer contacto visual madrebebé. Inicio del vínculo.

TEMPERATURA: Ambiente **muy cálido** para hacer posible el piel con piel madre-bebé.

-Evitar secreción de adrenalina por parte de la madre (inhibición de la producción láctea).

- Evitar hipotermia (baja temperatura) e hipoglucemia (bajos niveles de azúcar en sangre) en recién nacido.

SONIDOS: **Ausencia de ruidos** que distraigan al bebé en el establecimiento del vínculo

OLORES: Prescindir de **olores fuertes** que tapen el olor de la madre, guía inequívoca e imprescindible del bebé en su viaje hasta los pechos (antisépticos, desinfectantes, jabones...)

BIBLIOGRAFÍA:

1. <http://www.kangaroomothercare.com/research.htm>
2. www.breastcrawl.org
3. Manual de lactancia materna. De la teoría a la práctica. Comité de lactancia materna de la Asociación Española de Pediatría. 2009.
4. F. Small, Meredith. Nuestros hijos y nosotros. Ediciones B. argentina s.a. 2006.
5. Bergman, Dr. Nils. Restoring the Original Paradigm for infant care. Provincial Administration: Western Cape, South Africa.



Eider Pacheco Ferreiro

eiderarcoiris@gmail.com

Partera

Licenciada en Medicina (Universidad de Navarra)

Consultora certificada en lactancia materna (IBCLC)