



## Método Madre Canguro

# Mamá y Bebé piel con piel

Aclamado por sus notables efectos clínicos, el "Método Madre Canguro" proclama el contacto piel con piel entre la madre y su bebé recién nacido. Una de las mayores enseñanzas del proyecto es que el bebé no debería de ser separado de su madre desde el nacimiento en adelante

"Desde el punto de vista del niño, el Método Madre Canguro podría definirse: **abrázame, aliméntame, ámame**"

El doctor Nils Bergman, médico del Hospital de Maternidad de Mowbray, de Ciudad del Cabo, (Sudáfrica), ha estado investigando el proyecto Método Madre Canguro durante doce años. Él cree que restaurar el modelo original de cuidado temprano bebé-madre, puede lograr bebés más felices y saludables, en vez del modelo actual de incubadora, biberón y alimentar con fórmula.

El doctor Bergman dice: "Si yo pudiera ponerlo de la manera más sencilla posible, desde el punto de vista del niño, definiría el Método Madre Canguro: abrázame, aliméntame, ámame". Bergman cree, tomando en cuenta el comportamiento de los animales mamíferos, que hay muchos errores en nuestra forma actual de tratar al recién nacido.

Él se basa en los recientes descubrimientos de la neuroendocrinología y explica que es el mismo recién nacido quien empieza y dirige el proceso de contacto afectivo, con la ayuda del contacto con la piel de la madre.

### EMPEZAR A MAMAR

La madre a su vez responde al "programa de contacto afectivo" de su bebé y tanto ella como el bebé ponen en marcha un sistema mutuamente estimulante al cual ambos responden alterando la secreción hormonal. Bergman dice como ejemplo, que si el recién nacido es puesto sobre el pecho de la madre, el bebé se arrastrará hacia el pecho en tan sólo una hora para encontrar el pezón y empezar a mamar.

## HACE 110 MILLONES DE AÑOS...

### HISTORIA

La historia empieza hace 110 millones de años cuando aparecieron los pequeños mamíferos, unas criaturas diminutas parecidas a las musarañas, coetáneas de los dinosaurios, que pusieron en marcha una estrategia evolutiva de gran éxito: la lactancia materna. La palabra mamífero significa "ser que mama".



### ALIMENTACIÓN

Para cualquier mamífero, el inicio de la nueva forma de alimentación con leche materna y su mantenimiento son un paso importante. Estas etapas son una secuencia de acontecimientos que todos los mamíferos siguen en su reproducción.

### CONCEPCIÓN

La concepción es el momento en que comienza la vida; la gestación, el período del embarazo; le sigue el parto, trabajo de dilatación y expulsión del feto; y después viene un período crítico, la transición, en la que se produce el cambio de estado dentro del útero a estar en contacto con el aire y comienza la crianza.

### CEREBRO

Las cuatro primeras están reguladas por un programa del cerebro que da la orden de producir una serie de hormonas, que provocan una serie de reacciones en el útero. Luego, cuando se completa el período de transición, los mismos acontecimientos cerebrales, hormonales y de comportamiento, confluyen en un único objetivo final: amamantar.



## LACTANCIA MATERNA

- En palabras de Rosenblatt: "Los mamíferos siguen una serie de comportamientos preestablecidos, que conducen al inicio y mantenimiento de la lactancia materna."
- Estos programas están almacenados en el rombencéfalo o cerebro primitivo. En el rombencéfalo hay tres programas que son como aplicaciones informáticas. Las reacciones del individuo dependen de cuál de ellas esté funcionando: defensa, alimentación, reproducción.
- Así, se regula la producción de hormonas, que a su vez regula lo que ocurre en todo nuestro cuerpo y también en nervios y músculos.



CENTRO  
TOCOGINECOLOGICO  
CANARIO

Dr. Santiago Quintana Domínguez  
COLEGIADO Nº 1187

GINECOLOGIA  
OBSTETRICIA  
ESTERILIDAD

C/ León y Castillo, 71 - Oficina 2  
Telf.: 928 36 81 85 / 36 44 17  
Fax: 928 36 44 17

Ana Pérez Rocha  
SEXOLOGA

EXPERTA EN SEXOLOGÍA  
EDUCACIÓN SEXUAL  
ASESORAMIENTO SEXUAL

C/ León y Castillo, 71 - Despacho 3  
Móvil: 636 488 383  
E-mail: anaprocha@terra.es



## ALIMENTACIÓN, DEFENSA Y REPRODUCCIÓN

El programa de alimentación, es el que está activo durante la mayor parte del tiempo. El programa de defensa por su parte, desactiva inmediatamente los otros dos, porque no puede haber dos programas funcionando al mismo tiempo, no funcionaría... el programa de defensa moviliza el cuerpo entero. Del mismo modo el programa de reproducción determina qué hormonas, nervios y músculos van a estar operativos, y consiguientemente, todas estas hormonas, nervios y músculos implican al cuerpo entero una sola entidad, que trabaja para producir un comportamiento.

Desde el nacimiento, la cadena de comportamientos del programa reproductivo que está en marcha en ese momento tiene un solo objetivo: la lactancia materna. Lo más importante y sorprendente que nos ha enseñado la biología es que el recién nacido es quien de hecho tiene ese programa y no la madre. El neonato, al estimular a la madre, determina todos estos acontecimientos.

**"La cuestión clave es que la criatura recién nacida y no la madre es quien establece la lactancia"**

## RELACIÓN ENTRE MADRE E HIJO

El recién nacido comienza un proceso de vinculación esencial del que resulta la respuesta de la madre, y así se producen las estimulaciones sensoriales mutuas entre madre y criatura. Ésta es la cuestión clave, es la criatura recién nacida y no la madre quien establece la lactancia.

Cuando los biólogos estudiaron esto descubrieron que pasaba lo mismo con todos los mamíferos, incluyendo el ser humano. El recién nacido humano, si no es perturbado o interrumpido, es capaz de arquear la espalda, hacer movimientos con las manos, reptar hacia el pecho y mamar sin ayuda de ninguna clase en el transcurso de una hora desde su nacimiento. De hecho, si se le ayudara sería peor. Los movimientos y comportamientos están programados en el cerebro, diseñados para la supervivencia. Esta supervivencia depende del amamantamiento. Y el éxito de la lactancia materna, depende de que se encuentre en el lugar adecuado, en su hábitat.

El recién nacido puede parecer un ser indefenso, pero despliega una impresionante y focalizada actividad motriz, que le lleva, sin la ayuda de la madre, al pezón.

## LA OPINIÓN DEL ESPECIALISTA



Marián Tadeo  
Matrona

**"Separar a la madre del bebé es un gran error"**

**¿Por qué es tan importante no separar a la madre de su bebé en las primeras horas?**

Uno de los problemas de nuestra actitud actual de separar innecesariamente a la madre del bebé, es que el recién nacido muestra una actitud de protesta y desesperación tan pronto como es separado de ella. Su llanto de pena y desesperación es el mecanismo de supervivencia de un bebé en pena que trata de atraer a su madre de regreso.

**¿Qué estímulos se producen en ese primer contacto?**

El contacto piel con piel también estimula al nervio vago que prepara al bebé para recibir y digerir la leche de su madre. Sorprendentemente, mucho del contenido de la leche humana no tiene relación con la nutrición, más sin embargo es muy importante para el bienestar del bebé, ya que le brinda entre otras cosas, protección contra las enfermedades.

**¿Cuáles son las diferencias entre lactancia materna y artificial?**

La composición de la leche materna cambia continuamente en respuesta a las necesidades de crecimiento del bebé en desarrollo. Incluso aparte de los aspectos del contacto afectivo, los bebés alimentados con una fórmula de leche de vaca, no reciben todos los beneficios que necesitan. La alimentación con biberón provoca hipoxia porque requiere de un movimiento de succión que interfiere con la respiración, en vez del movimiento para mamar que ocurre en el amamantamiento natural y que le permite al bebé alimentarse y respirar al mismo tiempo.

Deben revisarse desde los 2 años de edad

# Los pies base de la salud

Los pies, base del cuerpo humano, son nuestra herramienta de locomoción y de ellos dependemos para caminar. Por eso, de su cuidado y mimo depende también nuestra salud. En cuanto nuestros hijos cumplan dos años y medio se inicia el proceso de observación y se debe acudir al pediatra

**A** muy temprana edad empezamos a dar nuestros primeros pasos y a partir de los dos años y medio aproximadamente debemos observar como caminan y qué posiciones adoptan los pies de nuestros hijos y consultar con el pediatra.

Si se apreciara alguna anomalía o rareza en la forma de andar del niño se debería consultar a un especialista infantil (traumatólogo o rehabilitador) para determinar si el niño precisara de algún tipo de plantillas u otro elemento ortésico para corregir dicha forma de andar. También aconsejo que no acepten valoraciones o diagnósticos realizados en los colegios, puesto que no suelen ser realizados por un médico especialista.

## LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

El hecho de andar, caminar rápido, correr y competir en el deporte, forma todo parte de un complejo mecanismo en el que las articulaciones de la cadera, de la rodilla, del tobillo y del pie combinan sus acciones, pero los pies no dejan de ser la base de sustentación del resto y por lo tanto, el más vulnerable a sufrir más estrés y más lesiones que el resto de las articulaciones que se encuentran por encima del tobillo. Con un exhaustivo estudio de la marcha y unas buenas plantillas a medida, utilizando los materiales apropiados para su fabricación, y teniendo en cuenta la actividad para la que se confeccionan, se

consiguen en la mayoría de los casos, la desaparición de lesiones, molestias o dolencias.

## EL PIE DIABÉTICO

El paciente diabético debe cuidar sus pies porque son susceptibles de padecer lesiones por presión o por rozamiento.

Debe cuidar y seleccionar el calzado apropiado. En estos casos, las plantillas fabricadas a medida, a partir del molde del pie son óptimas para prevenir heridas o úlceras, y en el

caso de que ya se tengan úlceras por presión en la planta del pie, podemos conseguir una cura más rápida realizando descargas selectivas de la zona afectada a través de las plantillas a medida, evitando en muchos casos que se lleguen a las amputaciones. Actualmente, los pacientes diabéticos reciben mucha información en la prevención de este tipo de problemas, poniendo mucho énfasis mediante consejos básicos sobre el uso del calzado correcto y del cuidado e higiene del pie.

## EL CALZADO APROPIADO

La selección del calzado nos ayudará a poder tener unos pies más saludables.

Existe una minoría de pacientes que acuden a la ortopedia por tener grandes problemas para encontrar calzado para sus pies, por tener algún tipo de deformidad o diferencia de tamaño o simplemente sufrir de edemas. En estos casos se precisa tomar medidas y realizar un calzado a medida.

La mayoría de los otros problemas que encontramos en referencia al pie, son por ejemplo, los dedos martillos o dedos en garra, los famosos juanetes, el dolor en los

metatarsos y sus incómodas durezas, las alteraciones osteoarticulares adquiridas durante el desarrollo del pie, como son, los pies planos valgus y los pies cavos.

Normalmente, todas estas patologías son mejorables ostensiblemente con unas plantillas a medida y un calzado correcto.

