



Consells i recomanacions

***Pell a pell***  
Mètode mare cangur



**El contacte pell a pell és l'atenció als nounats, mantenint-los en contacte pell a pell amb la seva mare i/o pare. És un mètode eficaç i fàcil d'aplicar que fomenta la salut i el benestar del nadó tant a terme com pre-matur.**

La seva principal característica és el **contacte pell a pell precoç**, que s'inicia a l'hospital des del naixement del nadó i es pot perllongar fins que els pares ho desitgin.

## Quins beneficis aporta el pell a pell?

El contacte pell a pell afavoreix positivament la regulació de la temperatura, la lactància materna i el desenvolupament de vincles afectius.

### L'evidència científica ens diu que el pell a pell aporta:

- Millor adaptació cardíaca, respiratòria i metabòlica dels nadons als 90 minuts.
- Temperatura corporal més elevada en els nadons en contacte amb la mare.
- Major saturació d'oxigen en els prematurs.
- Potenciació de l'estat del son i calma del nadó.
- Increment en la producció de la llet materna.
- Prolongació del període de lactància.
- La termoregulació del nadó està assegurada.
- Afavoriment del vincle afectiu.
- Accelera la recuperació de l'estrès post part.

## És important saber que:

Segons la "Guia de Pràctica clínica sobre la atenció al parto natural", una de les seves recomanacions és evitar la separació de la mare i el nadó dins de la primera hora. I durant aquesta estona recomana que es mantingui una vigilància periòdica sense interferir en la relació mare-fill.



## Quin és el moment idoni per realitzar-lo?

És important que s'iniciï immediatament després del naixement, col·locant al nounat nu sobre el tors despul·lat de la mare i/o pare. Tenint en compte que els nounats estan més alerta durant les dues primeres hores de vida, aquest moment s'ha de considerar convenient per iniciar la interacció satisfactòria mare i fill.

## Qui pot fer el pell a pell?

- Totes les mares que ho desitgin i estiguin acompanyades.
- Els pares o acompanyants que ho desitgin en el cas que a la mare se li hagi practicat una cesària o si el seu estat no li permet realitzar-lo.
- Mare HIV positiva pot realitzar el contacte pell a pell, sense realitzar lactància materna.
- Nadons a terme o quasi a terme amb bon to muscular, una bona respiració i una bona coloració.

## Qui no pot fer el pell a pell?

- Les parelles que no ho desitgen.
- Les dones que el seu estat en el post part no ho permeti.
- Les parelles/dones amb barrera idiomàtica.
- Les dones que no estiguin acompanyades.
- Nadons que no tinguin un bon to muscular.
- Nadons sense bona coloració de pell i mucoses.
- Nadons amb dificultat respiratòria.
- Si hi ha sobrecàrrega assistencial a la sala de parts.

## Passos per una *correcta realització* del pell a pell:

- Descobrir el pit de la mare.
- Posició de la mare (de costat o inclinada 45°).
- Importància del contacte visual amb el nadó que permeti la vigilància.
- Posició del nadó en funció de la posició de la mare però sempre amb el cap lateralitzat per garantir una respiració adequada.
- Mantenir el nadó amb el barret i el bolquer.
- Cobrir el nadó amb l'embolcall escalfat prèviament.

---

Els pares durant tot el pell a pell han d'observar al seu nadó per comprovar que aquest es troba col·locat correctament, manté una bona coloració i respira adequadament.

En col·laboració amb:



Institut Català de la Salut

**Servei d'Atenció Primària**

**Bages-Berguedà-Solsonès**

Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva

