



Pacto por la Salud  
"Peteĩ Ne'ême Jaikopa Haġua"



Todos y todas por la  
**PRIMERA  
INFANCIA**  
PLAN NACIONAL DE  
DESEMPEÑO INTEGRAL  
DE LA PRIMERA INFANCIA  
2011-2020

# MÉTODO MAMÁ CANGURO



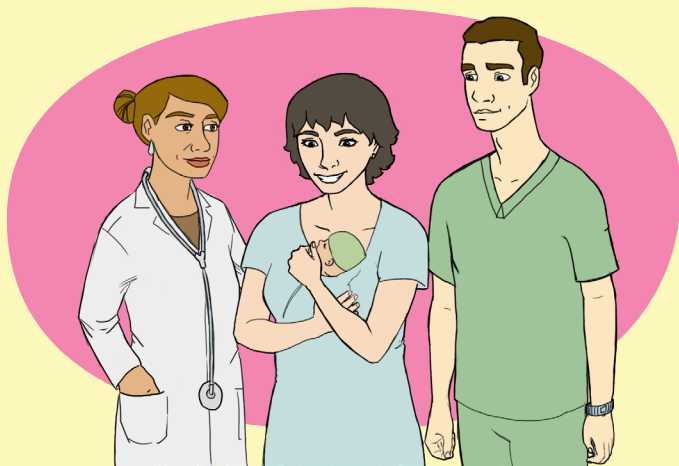
## ¿QUÉ ES EL MÉTODO MAMÁ CANGURO?

El Método Mamá Canguro es una forma de cuidar a los bebés que nacieron antes de tiempo o con bajo peso en contacto piel a piel con su madre, recibiendo calor, leche y mucho amor. Estos cuidados ayudarán a que crezca sano y fuerte y es uno de sus derechos.

## POSICIÓN Y VESTIMENTA

El bebé debe estar en posición vertical, con los brazos y piernas abiertas (como una rana), acomodado entre los senos de su madre con la mejilla apoyada de costado en contacto piel a piel, vestido solo con gorra de algodón, media y pañal.

Es importante que el bebé permanezca en esta posición las 24 horas del día, sujetado en una bolsa formada por la blusa de la mamá, camiseta del papá o una banda elástica por debajo del cuerpo del bebé con un cinturón o faja. Esto permite que tanto el bebé como la mamá estén cómodos y seguros.



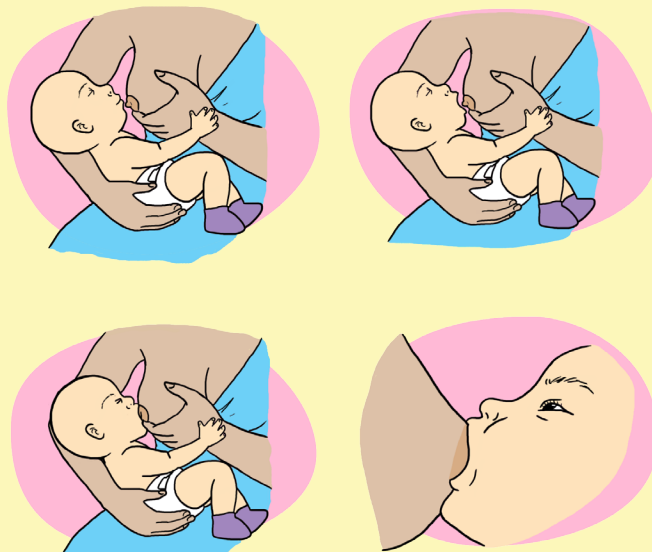
## ALIMENTACIÓN

La lactancia materna es el primer derecho del niño y la niña. El bebé debe alimentarse exclusivamente con leche materna hasta los seis meses, debido a que es el alimento natural y suficiente para el bebé.

### Sus beneficios son:

- Tiene todos los nutrientes que necesita para crecer sano, fuerte, seguro e inteligente.
- Se digiere fácilmente con lo que disminuyen los riesgos de sufrir cólicos (dolor de panza) y estreñimiento.
- Es gratuita, no tiene costo.
- Está siempre lista
- Disminuye el riesgo de enfermedades como diarrea, resfrío, neumonía, alergias y desnutrición.

## BUENA POSICIÓN Y AGARRE



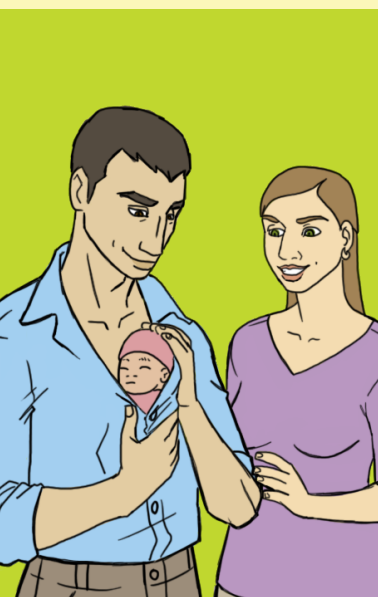
## DESCANSO DE LA MADRE

Durante el día la mamá que lleva a su bebé en posición canguro puede realizar sus actividades de rutina, garantizando un ambiente tranquilo y la alimentación regular de su bebé.

Podrá descansar y/o dormir recostada o semisentada en la cama o en el sillón, manteniendo siempre la posición vertical.



El papá y los otros miembros de la familia pueden sostener al bebé en la posición canguro para permitir a la mamá realizar otras actividades. Es importante que la mamá reciba apoyo para que siga con el método y se sienta respaldada.



Con este método los hombres participan activamente en el cuidado de su bebé y asumen responsabilidad en la atención de la salud de la familia.

El Método Canguro culmina la maravillosa experiencia que comenzó en el embarazo.

¡No te arrepentirás!