

Protegeix la teva criatura durant el contacte **Pell amb Pell**

L'adaptació del nou-nat a la vida fora de l'úter implica l'inici de la respiració i un canvi molt important en la circulació sanguínia; i on millor realitza aquesta adaptació és mitjançant el contacte pell amb pell amb tu.

A més, el sistema pell amb pell també ajudarà a millorar el vincle amb la teva criatura i a l'inici de la lactància materna.

Has de prestar especial atenció en que aquesta adaptació transcorri sense dificultats i de forma segura, per això t'animem a seguir algunes recomanacions:



1 **Acomoda't** amb coixins en un angle de 30 a 45 graus.

2 Quan tinguis la teva criatura sobre el pit o abdomen **assegura't** que els seus orificis nasals queden totalment lliures.



3 **Controla** el color i l'activitat del nadó. **Revisa** que llavis estiguin rosats, que respira sense dificultat i mostra força.

4 Si el cansament et venç, **col·loca** la teva criatura pell amb la teva parella o acompanyant.



5 ...o al bressol en **posició** de panxa enlaire i el cap de costat.

6 **Avisa** immediatament al personal sanitari si detectes canvis de coloració o respiració irregular o absent.

Respecta aquestes precaucions també si t'estan traslladant amb la llitera.