

Decálogo para los papás y las mamás

MI BEBÉ ES PREMATURO, ¿Y AHORA QUÉ?



GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública



Hospital
de Manises

www.hospitalmanises.es

Si un bebé ha nacido **antes de la semana 37 se considera que es prematuro** y la mayoría de las veces este nacimiento anticipado implica que el pequeño pasará sus primeras horas o días en la **Unidad de Cuidados Neonatales**. Lo primero que tienen que saber los papás es que **el pequeño va a estar controlado las 24 horas del día** por profesionales médicos y sanitarios y que van a poder estar con él siempre que quieran.

Algunos papás igual ya estaban prevenidos de que su bebé o bebés podrían nacer antes de hora pero para otros el nacimiento prematuro es una sorpresa. En todos los casos un poco de información y una atención cercana mejoran el ánimo de los nuevos padres en un momento de nervios e inseguridades que se mezclan con la alegría del nacimiento. Por ello, **los médicos y los enfermeros los acompañan en todo momento**.

Las dudas más comunes de los papás de bebés prematuros son saber si tendrá que quedarse durante mucho tiempo en la unidad de neonatales, si su crecimiento será igual que el de un pequeño nacido en la semana 40 o si podrán tocar a su bebé mientras está en la incubadora... Lo cierto es que **cada caso es único**.

En España, según el último informe Euro-Perisat sobre la situación de los niños nacidos prematuros en Europa, **uno de cada trece niños nace de forma prematura**. El Hospital de Manises ha redactado un decálogo con información y consejos muy sencillos para que los papás puedan sentirse más seguros en el caso de que su bebé nazca antes de tiempo.

1 LA UNIDAD NEONATAL, ¿PORQUÉ NO ME PUEDO LLEVAR A MI BEBÉ CONMIGO A LA HABITACIÓN?

Si tu bebé ha nacido antes de la semana 35 pasará sus primeras horas de vida en la Unidad de Cuidados Neonatales. No tienes por qué alarmarte, es un protocolo habitual en las unidades de maternidad que garantiza un control total de la salud del recién nacido. El **tiempo de estancia** en esta unidad dependerá de su **edad gestacional**, de su **peso al nacimiento** y de su **estado de salud** en general.

En algunos casos, si el bebé ha nacido entre la semana 36 y la 37 y no existen problemas sobreañadidos, el bebé podría permanecer en la habitación de maternidad al lado de la madre, siempre recibiendo vigilancia y cuidados constantes, controlando sus constantes vitales.

2 MONITORIZADO LAS 24 HORAS

El pequeño va a estar **monitorizado las 24 horas del día** y controlado por profesionales médicos y sanitarios porque sus órganos no han acabado de madurar y, por lo tanto, **necesitan unos cuidados especiales**. Cuando el bebé prematuro nace, se controlan sus constantes vitales de forma continua, mediante monitores que toman las constantes del cuerpo a través de sensores.

Estos aparatos avisan de forma inmediata de cualquier complicación que los profesionales sanitarios resuelven en el mismo momento. Los ruidos, **los pitidos de las máquinas son normales**, no tienes de qué asustarte, porque si el personal médico no reacciona es que sus constantes están dentro de lo normal.

3 PRIMEROS DÍAS EN LA UNIDAD NEONATAL

La **corta edad gestacional del bebé** y el **peso por debajo de los dos kilos** suelen implicar además que **los órganos estén todavía inmaduros**. Por eso son habituales problemas respiratorios, complicaciones a la hora de alimentarse o incluso que tengan algo de hipoglucemias. En el caso de que tu pequeño tenga los pulmones inmaduros le ayudarán a respirar a través de una inyección de oxígeno adicional directo en la incubadora o con una mascarilla de oxígeno que se retirarán conforme consiga respirar sin dificultad.

En el caso de que su aparato digestivo no haya acabado de madurar, el bebé no podrá alimentarse por sí solo, por ello es fácil que cuando vayas a ver a tu pequeño lo encuentres con una vía que lo alimenta de manera intravenosa o con una sonda que se coloca desde la boca del bebé y que llega hasta el estómago y que sirve para alimentarlo de manera directa.

4 ¿PUEDO DARLE DE MAMAR A MI BEBÉ?

En principio, **la leche materna es el alimento ideal para el recién nacido**, pero es posible que, según el estado del niño, inicialmente tenga que permanecer a dieta o no pueda alimentarse por sí mismo. Por ello, **el personal de la unidad ayuda y guía a las mamás** para que aprendan a estimularse la subida de leche, conozcan los métodos de extracción, cómo se conserva la leche y cuándo pueden hacerlo.

Dependiendo del caso, cuando el pequeño tolere el alimento podrá tomar leche materna a través de la sonda o con biberón y cuando tenga la fuerza suficiente tomará directamente del pecho. **El pediatra o el personal de enfermería serán quienes indiquen lo más acertado en cada caso.**

5 ¿PUEDO ESTAR SIEMPRE QUE QUIERA CON MI BEBÉ? ¿PUEDO SACARLO DE LA INCUBADORA?

La **Unidad de Neonatología del Hospital de Manises** permite que los papás y mamás puedan estar al lado del recién nacido las 24 horas del día. Lo más adecuado para el bebé es que los padres estén siempre que sea posible a su lado, por ello **pueden estar con él siempre que quieran**. Además, también se permite la entrada a abuelos y hermanos durante una hora. Desde el Hospital de Manises se tiene siempre muy en cuenta los estímulos ambientales para los bebés (luz, ruido, manipulaciones) y asesoran a los padres en todo momento. Los profesionales médicos implican a los padres en el cuidado haciéndoles partícipes de sus cuidados de higiene como el cambio del pañal, permitiendo el contacto directo con el pequeño y la alimentación siempre que el médico lo autorice.

Uno de los métodos que se utiliza en el Hospital de Manises es el **método canguro** que consiste en **favorecer el contacto piel con piel** del bebé prematuro con los padres, siendo beneficiosos para ambos.

6 EL TIEMPO DE PERMANENCIA EN LA UNIDAD DEPENDERÁ DEL DESARROLLO DEL BEBÉ

El tiempo que un bebé prematuro tiene que estar ingresado en el Hospital dependerá de la edad gestacional, el peso y la evolución posterior. Por norma general, el bebé estará listo para irse a casa cuando esté en situación de mantener una buena regulación de su temperatura corporal, sea capaz de alimentarse directamente por succión, mantenga constantes normales, haya aumentado de peso y supere los dos kilogramos. **Cada caso es distinto y será el criterio médico el que establezca el alta.**

El pediatra estará en todo momento presente e irá informando de la previsión de tiempo aproximada. En función de la evolución los profesionales sanitarios establecerán el periodo de estancia, aunque siempre puede haber variaciones.

7 SENTIRSE SEGUROS ANTES DE IR A CASA

Es muy importante la **implicación de los padres en los cuidados** durante la estancia en el área de neonatología y que adquieran seguridad para tratar al bebé antes de que tengan el alta y puedan ir a casa. **Para todos los papás la Unidad de Neonatos es un cursillo avanzado de cuidados básicos para el bebé.**

8 OJO CON LAS VISITAS

Es normal que familiares y amigos quieran ir a visitar al nuevo miembro de la familia. Una vez en casa, **pueden ir a verlo sin problema, pero es necesario tomar algunas precauciones muy sencillas.** Hay que impedir las multitudes de gente, fomentar el lavado de las manos si se va a interactuar con el recién nacido y evitar las visitas de personas con alguna enfermedad infecciosa-contagiosa, aunque ésta sea leve.

El bebé también puede salir a la calle de forma normal, a no ser que haya alguna restricción especial del médico, desde que el recién nacido haya alcanzado la edad que le corresponde a su fecha de parto a término. Al salir a la calle, hay que aplicar el sentido común, evitando estar mucho tiempo a la intemperie y evitando las aglomeraciones de personas.

9 CONTROL MÉDICO LOS PRIMEROS MESES

Lo más común es que los recién nacidos de 35 semanas o menos sean citados en las consultas de Neonatología hospitalarias, para hacer un **seguimiento complementario** al que realiza de normal el pediatra en el centro de salud.

Es habitual que los controles sean más frecuentes y puede ser necesario solicitar alguna prueba específica (ecografías, analíticas,..) o derivar la consulta

a especialistas (neuropediatra, oftalmólogo, otorrino...) sobre todo durante su primer año de vida.

10 LA EVOLUCIÓN POSTERIOR NUNCA ES IGUAL PARA TODOS LOS BEBÉS

Lo habitual es que el niño no entre en percentil los primeros meses (tenga peso y estatura más bajo de lo normal para un bebé de su edad) o que su desarrollo motor sea un poco más lento que el de un niño nacido a término, ambas son complicaciones habituales y con el paso del tiempo el bebé igualará su desarrollo al resto de niños de su edad. No obstante, cada caso es muy diferente a otro y **será el pediatra el que informará de los posibles problemas futuros que puedan presentarse**, teniendo en cuenta que su evolución final que irá marcada por el paso del tiempo.



**GENERALITAT
VALENCIANA**
Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública



**Hospital
de Manises**



www.hospitalmanises.es