



## Notas de Salud y Seguridad

# Qué se puede esperar de un bebé prematuro en su primer año de vida

Por lo general, el bebé crece en el útero por 40 semanas antes de nacer. Los bebés que nacen a las 40 semanas se llaman *bebés nacidos a término*. Si un bebé nace antes de las 37 semanas, se considera que es un bebé *prematuro* o *nacido antes de término*. En los EE.UU. un 12 a 13% de los bebés nacen prematuros.

### ¿Qué hace que los bebés nazcan prematuramente?

A veces los bebés nacen prematuramente por problemas de salud de la madre como alta presión sanguínea, infecciones, diabetes, tabaquismo, abuso de drogas, traumas, mala nutrición o enfermedades crónicas. El nacimiento prematuro es más común entre bebés gemelos (cuates) o trillizos. También puede ser ocasionado por problemas del bebé. El aumento del estrés y la depresión durante el embarazo también están relacionadas con los nacimientos antes de término. Sin embargo, no hay una causa conocida para muchos partos prematuros.

### No todos los bebés prematuros son iguales

La gran mayoría (más del 75%) de los bebés prematuros nacen cerca del término, a las o después de las 34 semanas de gestación. Si bien estos bebés son más pequeños que los bebés nacidos a término, tienden a ponerse al día rápidamente con los bebés nacidos a término. Es posible que estos bebés permanezcan en el hospital por una o dos semanas después de nacer para asegurarse de que sean bien alimentados y suban de peso a un ritmo saludable antes de enviarlos a la casa. Durante la primera infancia, en la casa y en el establecimiento de cuidado de niños, estos bebés pueden necesitar ser alimentados de forma más frecuente y con porciones menores que los bebés nacidos a término. Es posible que necesiten ropa adicional o mantas para mantenerlos calentitos durante los primeros meses de vida. Los bebés muy prematuros que nacieron a las 33 semanas de gestación o antes, por lo general necesitan cuidado intensivo prolongado inmediatamente después de nacer. Mientras más pronto nazca el bebé prematuro, más probabilidades hay de que el bebé sea internado por mucho tiempo. La mayoría de los bebés nacidos antes de término no están preparados para ir a la casa hasta cerca de la fecha de parto calculada. Es decir, que si el bebé nace nueve semanas más temprano, probablemente necesitará estar en el hospital por nueve semanas antes de que lo envíen a la casa. Los bebés más

prematuros, que nacen de 24 a 28 semanas de gestación, son los más frágiles y siempre necesitan mucha atención. Estos bebés en particular continuarán teniendo necesidades especiales durante la primera infancia y a veces también en el futuro.

### Obtenga toda la información que pueda

Haga preguntas si los padres le dicen que el niño nació de forma prematura. Mientras más sepa sobre la experiencia de los padres, mejor podrá trabajar eficazmente con la familia. La mayoría de los bebés prematuros crecen y son niños saludables, pero algunos, especialmente los que nacieron extremadamente temprano, pueden tener necesidades especiales. Además, las familias de los bebés prematuros son con frecuencia familias estresadas emocional y económicamente por esta situación.

### Pregunte cuán prematuro fue el nacimiento

Mientras más prematuro el nacimiento, más riesgos hay de complicaciones durante la primera infancia y luego en la vida. Por lo general, los bebés prematuros logran los acontecimientos importantes de desarrollo como dormir durante toda la noche, comer alimentos sólidos, gatear y hablar después que los bebés nacidos a término. En el caso de los bebés nacidos antes de término, considere el progreso en el desarrollo de manera de "edad corregida" hasta los 2 años de edad. Por ejemplo, si el bebé nació con 8 semanas de anticipación, regule sus expectativas con una diferencia de 2 meses. Por ejemplo, un bebé prematuro de 4 meses puede actuar y tener el tamaño de un bebé nacido a término de 2 meses. La mayoría de los bebés prematuros que tienen peso normal para su edad al nacimiento alcanzan en crecimiento a los bebés nacidos a término a los 3 años de edad. Los prematuros muy pequeños pueden tardar más tiempo.

### Observe indicios de retraso en el desarrollo o problemas físicos en los bebés prematuros

Muchos de estos problemas pueden corregirse con una intervención temprana. A la mayoría de los prematuros les va bien, pero del 20% al 30% de los bebés prematuros más pequeñitos discapacidades importantes tales como:

- Pérdida de oído
- problemas de visión
- retrasos en el lenguaje, musculatura o aprendizaje

Los niños prematuros deben recibir evaluaciones de oído y visión periódicas. Observe la capacidad de los prematuros de fijar la atención y seguir objetos brillantes o rostros. Informe a los padres sobre cualquier inquietud. Algunos bebés que tienen lesiones cerebrales desarrollarán parálisis cerebral (CP, por su sigla en inglés), lo cual afecta el movimiento del cuerpo y la coordinación. CP puede ser tan leve que sea apenas notable y tendrá muy poco impacto en la vida del niño. También puede ser tan severa que el niño tenga problemas de movilidad y necesite mucha ayuda con las actividades de vida diaria.

## Derive a los bebés con retraso para ser evaluados

Además de los problemas físicos, el cerebro de los prematuros puede desarrollarse de forma diferente y esto puede afectar el comportamiento, las emociones y la capacidad de aprender. Durante el crecimiento, los bebés muy prematuros pueden demostrar indicios de dificultades de motricidad y coordinación fina, problemas de procesamiento auditivo o trastorno de déficit de atención. El riesgo en las discapacidades de desarrollo en los prematuros aumenta cuando los bebés nacen en familias que viven en ambientes pobres. Es esencial que estos bebés participen en programas de intervención temprana que estimulan el desarrollo de los niños y brindan apoyo a las familias. En California, a los bebés que nacen con menos de 3,3 libras se les da el derecho de recibir los servicios del Programa de Seguimiento para Bebés de Alto Riesgo, de los Servicios para Niños de California. Si surge cualquier problema, se los deriva al Programa de Inicio Temprano del Centro Regional local, que es el sistema de servicios de intervención temprana de California dado a los bebés y niños en edad de aprender a caminar con discapacidades y a las familias de los mismos. Estos servicios de intervención temprana centrados en la familia comprenden servicios de terapia física, terapia ocupacional, terapia del lenguaje y del habla y servicio de coordinación. Para obtener información sobre los servicios y saber si reúne los requisitos necesarios para recibirlo, llame a la Línea Inicio Temprano para el Bebé al 800-515-BABY.

## Pregunte sobre el plan de alimentación para los bebés prematuros

Los bebés prematuros necesitan tener un plan de alimentación con la participación del profesional médico y supervisión regular del aumento de peso. Los bebés prematuros corren el riesgo de tener reflujo gastroesofágico; esto significa que el músculo que retiene los alimentos en el estómago es débil y eso hace que el alimento vuelva a subir al esófago. Los bebés con este problema escupen a menudo y pueden tener problemas con la respiración y el aumento de peso. Puede ser do-

loroso y difícil ser alimentado. Los profesionales de la salud a menudo hacen recomendaciones para el manejo y postura de los prematuros con reflujo.

## Motive a los padres a encontrar un centro médico familiar para el bebé prematuro

Todos los prematuros deben tener un profesional de la salud regular y un “centro médico familiar” (es decir, un centro médico donde van con regularidad). La Academia Estadounidense de Pediatría recomienda que los prematuros reciban dosis regulares de vacunaciones a la edad cronológica sin importar cuán prematuros o pequeños son al nacer. Los bebés prematuros son más susceptibles a tener infecciones que otros recién nacidos; en particular a tener el virus sincitial respiratorio (VRS o también RSV, por sus siglas en inglés). Esto es una causa común de internaciones adicionales de los bebés prematuros. Los prematuros que nacen antes de las 34 semanas deben recibir una inyección durante el primer invierno para protegerlos del VRS. También deben recibir la vacuna contra la gripe comenzando a los seis meses de edad cronológica.

## Brinde apoyo y hable con los padres si tiene inquietudes

Si tiene un bebé prematuro a cargo y observa cualquier cosa que considere una inquietud, hable con los padres del bebé. Ser padres de un bebé prematuro puede ser estresante y los padres a menudo se sienten ansiosos y abrumados por el cuidado continuo del bebé y tienen miedo de lo que pueda pasar en el futuro. Los profesionales de ECE son una importante fuente de apoyo y guía y tienen la capacidad de mejorar la respuesta de los padres y cuidar al bebé prematuro. Los profesionales de ECE también proporcionan información invaluable a otros profesionales sobre cómo está creciendo y desarrollándose el bebé.

## Información y fuentes de consulta en inglés y español

Programa de Inicio Temprano del Centro Regional de California, <https://www.dds.ca.gov/services/early-start/> teléfono: 800-515-BABY

La Salud de los Niños: Manual de los bebés prematuros (2021): <https://www.kidshealth.org/es/parents/preemies.html>.

Madden, Susan. *Brindarle Alivio y Cuidado de Apoyo según el Desarrollo para su Bebé Prematuro* [www.prematurity.org/baby/supportive-care.html](http://www.prematurity.org/baby/supportive-care.html).

Wechsler-Linden, Dana, Trenti-Paroli, Emma, & Mía Wechsler-Doron (2000). *Bebés prematuros : Guía Esencial para padres de bebés prematuros*

Lista de asientos para el carro diseñados específicamente para bebés pequeños: [www.saferidenews.com](http://www.saferidenews.com)