



ASPECTOS FÍSICOS

Bebés Prematuros



1. La cabecita podría verse más grande que el resto del cuerpo¹.
2. Dependiendo de la edad gestacional, los párpados podrían estar fusionados¹.
3. Piel muy delgadita, de tono rojizo o violáceo¹.
4. Baja cantidad de grasa corporal¹.
5. Está cubierto de vello llamado lanugo¹.
6. Puede ser fácil ver las venas a través de su piel¹.
7. Casi no se mueven¹.

Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Healthy Children.Org ,El cuidado de un bebé prematuro: lo que los padres deben saber. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/baby/preemie/Paginas/caring-for-a-premature-baby.aspx> [Consultado 21 Mayo 2020]

Tu bebé prematuro y su nutrición en la UCIN: Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales

Debes recordar que la inmadurez de los reflejos de succión y deglución podrían impedir que tu pequeño pueda comer por la boca.

Así que la alimentación que le dan a tu hijo en la UCIN puede iniciar vía intravenosa o a través de un tubo o sonda dirigido a su estómago. Es para su salud, no debes sentirte preocupada, es importante darle todos los nutrientes que necesita¹.



A medida que crezca tu pequeño se irán desarrollando sus reflejos naturales de succión y deglución. En ese momento será capaz de alimentarse de forma normal mediante la lactancia materna o en caso de ser necesario, el uso de alguna fórmula especializada de acuerdo a lo que sea indicado por el médico¹.

Además, es importante que tu bebé reciba ácidos grasos como el **DHA**^{*}, a través de la vía de alimentación y nutrición que sea recomendada.

El **DHA**^{*} es importante para el desarrollo del cerebro y la visión, este se encuentra en la leche materna y se acumula rápidamente en el último trimestre de embarazo², por lo cual es importante que esté presente en su alimentación que recibe en la UCIN¹.



Por ello, al ser tu pequeño prematuro, se beneficia de recibir nutrientes como el DHA* para que continúe con su desarrollo y crecimiento.

Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Asociación Española de Pediatría. Manual para padres con niños prematuros. Disponible en: <https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/files/libroprematuros.pdf> [Accesado 28 Octubre 2019].
2. Koletzko B, Cetin I, Brenna JT, Perinatal Lipid Intake Working G, Child Health F, Diabetic Pregnancy Study G, et al. Dietary fat intakes for pregnant and lactating women. Br J Nutr. 2007;98(5):873-7.

* Ácido Docosahexaenoico.

Emociones que podrían experimentar los papás de un bebé prematuro

Tener un bebé prematuro podría ocasionar que como padres experimenten algunas de las siguientes emociones:

Negación

En principio tal vez sufran una especie de shock y no sepan como reaccionar, esto puede ser una de las formas que tiene la mente para protegerse ante un acontecimiento inesperado¹.



Culpabilidad

Muchas veces se preguntarán como padres si son responsables del parto prematuro, es importante hacer preguntas a los médicos para que les ayuden a comprender desde su experiencia por qué ocurrió antes de tiempo el nacimiento de su bebé¹.



Preocupación

Una de las principales preocupaciones que pueden tener es el miedo a que su bebé se enferme. La fortaleza, confianza, paciencia y los resultados positivos que observen en su hijo ayudarán a que este sentimiento desaparezca con el tiempo¹.



Tristeza

Es posible que sientan tristeza o aflicción. Acérquense con un profesional de salud ya que éste los puede orientar y ayudar a superar esta situación¹.



Temor y ansiedad

Tener un bebé prematuro puede ocasionar que se preocupen por el futuro y la salud de su bebé constantemente. Es probable que sientan ansiedad antes de las visitas al médico, intervenciones o evaluaciones posteriores. El temor y ansiedad serán menores si realizan preguntas a su pediatra pues les proporcionará información clara de lo que sucede con su bebé¹.



Tener un hijo prematuro es un gran reto para los padres, **Club Enfabebé** tiene para ti herramientas, contenido y contacto con expertos que te ayudarán a manejar esta etapa.

Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Doolan M. Manual para padres de niños prematuros: conceptos básicos, cuidados, alimentación, vacunas, prevención y experiencias. Disponible en: <https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/files/libroprematuros.pdf> [Fecha de acceso 16 enero 2020]



EVALUACIÓN DEL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE TU BEBE PREMATURO

El médico utilizará varios métodos que ayudan a evaluar el desarrollo integral de tu hijo: movilidad, fuerza en músculos (tono muscular) y varios reflejos.¹



DIFERENCIAS ENTRE

BEBÉ NACIDO A TÉRMINO

BEBÉ PREMATURO



- ★ Tiene un adecuado nivel de grasa.¹
- ★ Es inquieto.¹
- ★ Tiene mejor regulación de su temperatura corporal.¹
- ★ Coordina adecuadamente la succión para alimentarse y la respiración.¹

- ★ Está bajo de peso y grasa corporal.¹
- ★ Sus movimientos son con menos frecuencia y más lentos.¹
- ★ Necesita ayuda para mantenerse calentito.¹
- ★ La coordinación para alimentarse y respirar es menor.¹



- ★ Tiene peso y longitud acorde a su edad.²
- ★ Gana peso y estatura a buena velocidad.²
- ★ Duerme periodos continuos.²

- ★ Es más pequeño que un bebé nacido a término, aunque tenga peso y longitud acordes con su edad gestacional y/o corregida.¹
- ★ Es posible que no crezca al mismo ritmo que un bebé nacido a término.²
- ★ Duerme más tiempo y en periodos cortos.²

La leche materna es el mejor alimento para los lactantes y debe ser la opción preferida siempre que sea posible. La lactancia materna contribuye con la salud y con una nutrición que estimula el crecimiento y desarrollo saludable del niño. A una madre puede resultarle muy difícil revertir su decisión de alimentar a su hijo con preparaciones para lactantes. La alimentación parcial con preparaciones puede dificultar el comienzo de la lactancia materna. La lactancia materna impone exigencias dietarias adicionales a las madres que están dirigidas a asegurar una calidad y cantidad adecuadas de leche para sus bebés. Las preparaciones para lactantes, cuando son utilizadas debidamente, proporcionan una alternativa saludable y nutritiva para la leche materna. La preparación incorrecta y el almacenamiento deficiente de las preparaciones pueden ocasionar peligros para la salud y causarle al niño desnutrición o enfermedades; por consiguiente, lea y siga cuidadosamente las instrucciones de preparación y almacenamiento. Al decidir cómo alimentar a su bebé, siempre siga el consejo profesional y tome en cuenta el costo de las preparaciones.

Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Roquéz V, Moya FR, Murguía T. Manual para padres con niños prematuros. Madrid, España. Sociedad Española de Neonatología; 2005. Disponible en: <https://enfamilia.aeped.es/lecturas-recomendadas/manual-para-padres-ninos-prematuros> [consultado 07 Abril 2020].

2. American Academy of Family Physicians. Caring for Your Premature Baby. Disponible en: <https://familydoctor.org/caring-for-your-premature-baby/> [Accesado 04 Febrero 2020]



EXTRACCIÓN DE LA LECHE MATERNA

La extracción de leche puede resultarte útil en diversas ocasiones como la separación temporal de tu hijo en momentos en los que normalmente lo amamantas o al regreso a tu vida laboral¹.

Procedimiento de extracción

El procedimiento completo (estimulación y extracción) dura aproximadamente 30 minutos hasta después de que dejen de salir gotitas de leche¹.

1. **Lávate perfectamente las manos.**
2. **Extrae la leche de cada pecho de 5 a 7 minutos.**
3. **Masajea, frota y sacude.**
4. **Extrae nuevamente de cada pecho de 3 a 5 minutos.**
5. **Masajea frota y sacude.**
6. **Extrae una vez más de 2 a 3 minutos.**



Método para extracción manual de leche

1. **Coloca el dedo pulgar junto con el índice y medio formando una letra C, a unos 3 o 4 cm del pezón (no siempre coincide con el borde de la areola)¹.**
2. **Empuja los dedos hacia atrás (hacia las costillas), sin separarlos¹.**
3. **Comprime hacia el pezón con un movimiento de rodillo sin deslizar los dedos. Es una acción de ordeño¹.**



Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Alba Lactancia Materna. Extracción de la leche materna. Disponible en: <https://albalactanciamaterna.org/lactancia/tema-3-manejo-de-la-leche-materna/extraccion-de-la-leche-materna/> Consultado 10-08-19



¿CÓMO MANTENER SEGURA LA LECHE PARA TU BEBÉ?

Es muy importante que luego de extraer tu leche te asegures de conservarla adecuadamente, para evitar que se contamine o entre en descomposición.¹

Te damos algunos consejos:

Conserva tu leche segura

Lava perfectamente tus manos antes de cada extracción¹.



Si usas un equipo de extracción, cuida que esté limpio. Lava y esteriliza tras cada uso¹.

Almacena en envases limpios¹. (Puedes usar bolsitas especiales)



Anota fecha y nombre del bebé en caso de que lo cuide alguien más¹.

Refrigera y congela, usa la leche siempre en un periodo seguro¹.



Tips para almacenar la leche de forma segura.

Quando la leche materna está:	Temperatura	Es segura por:	Descripción
A temperatura ambiente.	25°C	4 horas	Leche recién extraída.
Refrigerada.	4°C o más fría	4 días	Leche refrigerada.
Congelada.	-18°C o más fría	6-12 meses	Leche congelada.

Nunca vuelva a congelar la leche materna que ya fue descongelada.²

Adaptado de: Centers for Disease Control and Prevention. Proper Storage and Preparation of Breast Milk. Disponible en: https://www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling_breastmilk.htm [Accesed 27th February 2020]

La leche materna es el mejor alimento para los lactantes y debe ser la opción preferida siempre que sea posible. La lactancia materna contribuye con la salud y con una nutrición que estimula el crecimiento y desarrollo saludable del niño. A una madre puede resultarle muy difícil revertir su decisión de alimentar a su hijo con preparaciones para lactantes. La alimentación parcial con preparaciones puede dificultar el comienzo de la lactancia materna. La lactancia materna impone exigencias dietarias adicionales a las madres que están dirigidas a asegurar una calidad y cantidad adecuadas de leche para sus bebés. Las preparaciones para lactantes, cuando son utilizadas debidamente, proporcionan una alternativa saludable y nutritiva para la leche materna. La preparación incorrecta y el almacenamiento deficiente de las preparaciones pueden ocasionar peligros para la salud y causarle al niño desnutrición o enfermedades; por consiguiente, lea y siga cuidadosamente las instrucciones de preparación y almacenamiento. Al decidir cómo alimentar a su bebé, siempre siga el consejo profesional y tome en cuenta el costo de las preparaciones.



Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. DiMaggio Dina. American Academy of Pediatrics. Tips for Freezing & Refrigerating Breast Milk. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/breastfeeding/Pages/Storing-and-Preparing-Expressed-Breast-Milk.aspx> [Accesed 21st October 2019]

2. Centers for Disease Control and Prevention. Proper Storage and Preparation of Breast Milk. Disponible en: https://www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling_breastmilk.htm [Accesed 27th February 2020]

UCIN*

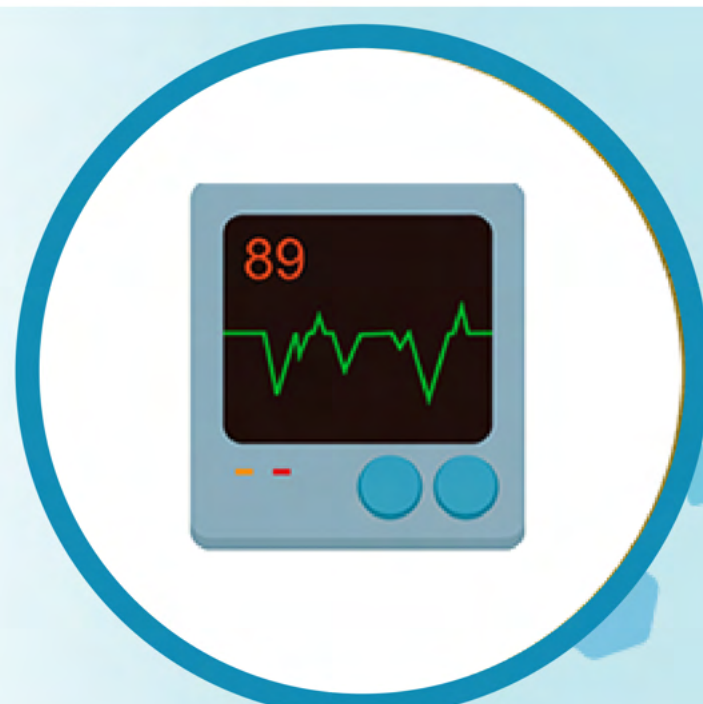
Monitores que ayudan a vigilar a tu bebé

Dentro de la UCIN* encontrarás diversas clases de monitores electrónicos que revisan permanentemente los signos vitales de tu bebé. Puede ser difícil ver que tu bebé necesite de estos instrumentos, recuerda que es por la salud de tu bebé y será una situación temporal.

Los monitores en general ayudan al equipo médico de la UCIN* a ver los signos vitales como la frecuencia cardíaca, respiratoria, presión arterial, y cantidad de oxígeno en la sangre.

Monitor de frecuencia cardíaca y respiratoria

Mediante dispositivos que unen el aparato con la piel de tu pequeño, indica cuál es el ritmo cardíaco y respiratorio¹.



Saturómetro de pulso (oxímetro de pulso)

Mide continuamente la saturación de oxígeno en la sangre mediante un sensor colocado en la manita o pie del bebé. Al igual, permite regular la cantidad de oxígeno que tu bebé pueda necesitar¹.



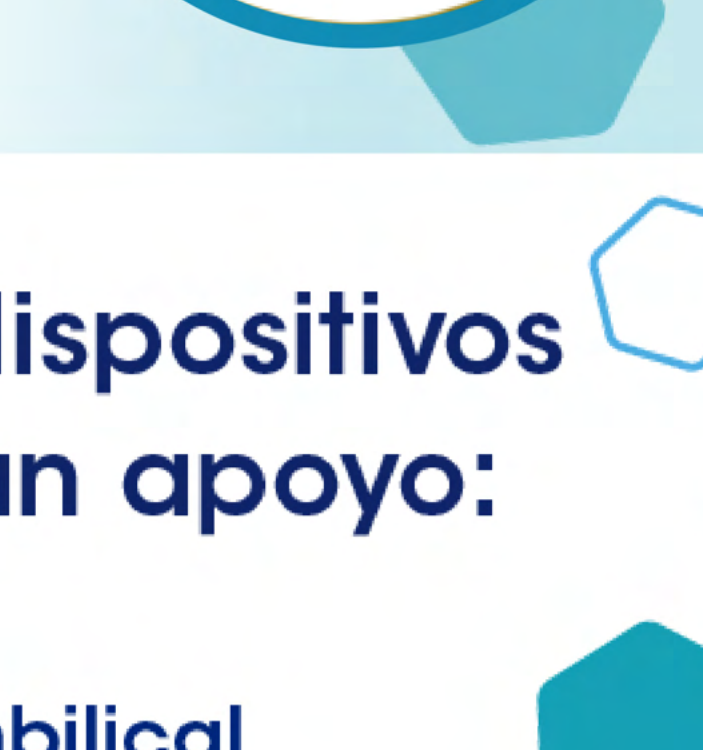
Monitor de presión sanguínea

Evalúa periódicamente la presión de tu bebé mediante un brazalete que se coloca en su bracito o piernita¹.



Sensor de temperatura

Mide la temperatura del pequeño y la incubadora regula el calor que existe dentro de ella para que esté en un ambiente adecuado para el recién nacido¹.



Monitor de apnea

Alerta si la frecuencia respiratoria del bebé baja o se interrumpe¹.

Además, hay otros dispositivos que le proporcionan apoyo:

Catéter en la vena o arteria umbilical

Es una especie de tubo pequeño que se introduce en el cordón umbilical para administrar medicamentos o líquidos y ocasionalmente obtener sangre, sin producirle dolor a tu bebé¹.

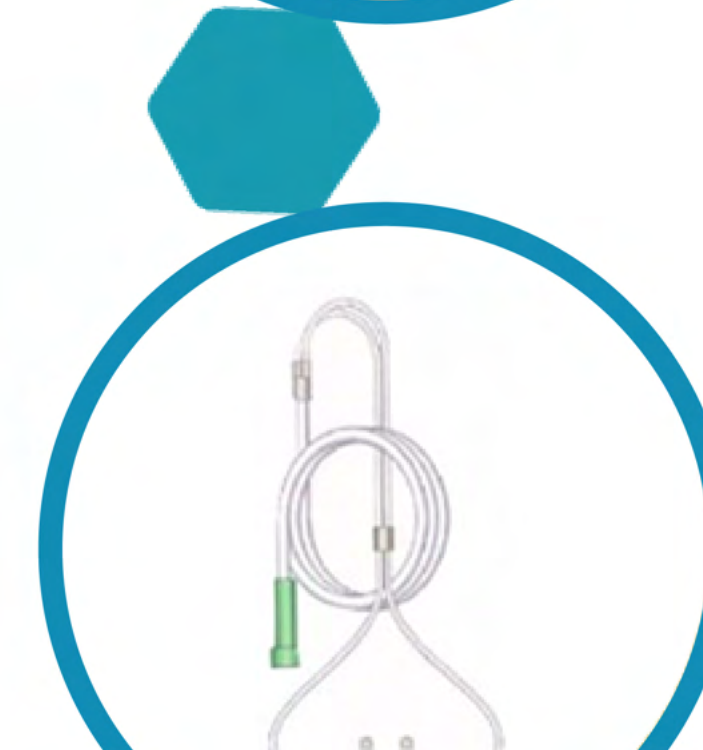


Fototerapia

Es un tratamiento en donde se expone la piel de tu bebé a una luz especial que ayudará a disminuir los niveles de bilirrubina (coloración amarilla en la piel).¹

Ventiladores mecánicos

El pequeño se conecta al ventilador mecánico por medio de un tubito que se introduce en la laringe. Hay muchos tipos de ventiladores; pero todos persiguen el mismo objetivo: ayudar a tu bebé a respirar¹.



Presión positiva continua en vías aéreas

(CPAP, por sus siglas en inglés)

Por medio de tubitos pequeños en su nariz, que le ayudarán a respirar¹.

Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Intermountain Healthcare. A Guide to the Newborn Intensive Care Unit (NICU) and Special Care Nursery (SCN). Disponible en: <https://intermountainhealthcare.org/ext/Dcmnt?ncid=51062856> [Accesado 20 Octubre 2019]

*Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales

RB-M-19920



NECESIDADES DE DESARROLLO DEL BEBÉ PREMATURO

Tu bebé va a pasar la mayor parte del tiempo durmiendo, en su interior estarán sucediendo muchas actividades¹. Para favorecer su desarrollo, te damos algunos consejos.

Cambios de postura:

Si tu bebé es muy pequeño no puede cambiar de postura por sí mismo, por lo que es común que mantenga más tiempo los brazos extendidos. Por eso las enfermeras lo moverán para colocarlo en distintas posturas, y con eso ayudar a estimular su crecimiento y desarrollo¹.



Entorno:

Tu bebé notará su entorno poco a poco, se desarrollarán sus sentidos, por lo que es importante que tenga un ambiente tranquilo para que reciba una estimulación adecuada¹.



Protégelo de Infecciones

Todos los objetos que le rodean y cada persona en su entorno plantean algún tipo de riesgo de transmisión de infecciones para tu bebé, pues su sistema inmune se encuentra en desarrollo. Por eso, es mejor que mantengas una higiene impecable y cuides mucho el entorno de tu pequeño como lo cuidan en la UCIN (Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales). El lavado de manos aún cuando no se tenga contacto físico es muy importante.



Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Doulan B.M. Manual para padres de niños prematuros. Madrid: Ibañez & Plaza asociados S.L.; 2005. Disponible en: <https://enfamilia.aeped.es/lecturas-recomendadas/manual-para-padres-ninos-prematuros>. [Fecha de acceso 21 de octubre 2019]

POSTURAS PARA AMAMANTAR

La postura que adoptes dependerá de tus preferencias y de las circunstancias en las que alimentes a tu bebé, lo importante es que estés cómoda para facilitar el agarre de tu bebé, para esto la cabeza y el cuerpo de tu hijo tienen que estar alineados, es decir, el cuello no debe estar flexionado, ni la cabeza girada¹.

A continuación te mostramos algunas posturas que te pueden ayudar:

SENTADA

Puede ser que te sientas más cómoda sentada, para esta postura, apoya la cabeza de tu bebé en tu antebrazo y la mano en la espalda. El bebé tiene que estar en estrecho contacto con tu cuerpo, con la cabeza y cuerpo alineados frente al pecho y el pezón a la altura de la nariz. Acerca al bebé al pecho en lugar de desplazar el pecho hacia la boca del bebé¹.



BIOLÓGICA O NATURAL

Ponte recostada boca arriba y colócate al pequeño sobre tu pecho, en contacto, piel con piel. Deja que busque el pezón y se enganche por sí mismo, de forma espontánea. La cabeza del bebé apuntará en dirección del pecho¹.



ACOSTADA

Recuéstate junto con tu bebé los dos de lado, uno frente a otro abdomen con abdomen. Coloca la boquita de tu bebé en el pezón y deja que se enganche por sí mismo, de forma espontánea. La cabeza del bebé quedará de frente a tu pecho, esta posición es la más apropiada para las madres que han tenido cesárea¹.



POSTURA PARA AMAMANTAR DOS BEBÉS

Coloca una almohada a cada lado de tu cuerpo y una sobre las piernas. Coloca a cada bebé sobre una almohada al costado de tu cuerpo (debajo de cada brazo), de esta forma las piernas de los bebés apuntarán hacia el respaldo de tu silla. Sujeta la espalda de cada bebé con la parte interna de tus antebrazos. Las cabezas de los bebés deben estar a la altura de los pezones y tus manos sobre la parte posterior de la cabeza para que puedas sostenerlos fácilmente².



Club **EnfaBebé**

Para más información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía para las madres que amamantan. Disponible en: https://www.aeped.es/sites/default/files/gpc_560_lactancia_osteoba_paciente.pdf [Accesao 20 Octubre 2019]

2. Mayo Clinic. Lactancia de gemelos: cómo organizarse al alimentar. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/infant-and-toddler-health/in-depth/breastfeeding-twins/art-20044417?reDate=08112019> [Accesado 20 Octubre 2019]



PERSONAL QUE ESTARÁ AL CUIDADO DE TU BEBÉ EN EL HOSPITAL

Neonatólogo

Médico pediatra especializado en cuidados para los recién nacidos como el tuyo¹.



Residente de neonatología

Son médicos pediatras que se encuentran en formación para los cuidados del recién nacido, apoyan en el cuidado de tu pequeño y están bajo la supervisión del neonatólogo¹.



Enfermera

Estará al pendiente en todo momento asegurándose de que tu hijo reciba el tratamiento y cuidados que necesita¹.



Diversos especialistas

Neurólogos, cardiólogos, cirujanos, entre otros, quienes pueden apoyar en la revisión, diagnóstico o tratamiento de tu hijo¹.



Nutriólogo

Es el encargado de vigilar el estado nutricional de los bebés y prescribir la alimentación¹.



Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. Doulan B.M. Manual para padres de niños prematuros. Madrid: Ibañez & Plaza asociados S.L.; 2005. Disponible en: <https://enfamilia.aeped.es/lecturas-recomendadas/manual-para-padres-ninos-prematuros> [Fecha de acceso 21 de octubre 2019]

RB-M-19922

Relaciones con los familiares

Pareja

El alta (o la salida) del hospital marca el fin de una etapa muy intensa que no acaba de ser resuelta al terminar la hospitalización y debe decidirse en una reunión conjunta entre el equipo médico, los padres y así podrán resolver las dudas que tengan acerca del cuidado de su bebé¹.



Hermanos mayores

En ocasiones, los pacientes prematuros de la UCIN, tienen en casa hermanos o hermanas que también sufren y pueden verse afectados emocionalmente por la condición o separación del pequeño hospitalizado².

Es necesario hablar con ellos y explicarles la razón de la ausencia y de ser necesario: proporcionarles servicios de apoyo³.



Abuelos

Los abuelos son un importante sostén para los nuevos padres de este niño que nació antes de tiempo, ellos podrán contribuir con sus experiencias, son transmisores de cuidados y valores de una generación a otra⁴.



Es buena idea acudir a la familia, grupos de apoyo o padres que han vivido la misma situación, ellos entenderán lo que sienten y podrán ayudarles, en Club **EnfaBebé**, podemos ayudarte a manejar la situación de la mejor manera posible.

Club **EnfaBebé**

Para mas información sobre el cuidado y nutrición de tu bebé visita:

WWW.ENFABEBE.COM.EC

REFERENCIAS

1. S L Hall, D J Ryan, J Beatty, and L Grubss. Recommendations for peer-to-peer support for NICU parents. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4694192/> [Accesado 28 Octubre 2019].
2. Sandler CL. Loss in the NICU: sibling matters. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22977202> Am J Hosp Palliat Care. 2013 Sep;30(6):566-8.
3. Hall, SL, Ryan DJ, Beatty J, Grubss L. Recommendations for peer-to-peer support for NICU parents. Disponible en <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4694192/>
4. GÓMEZ, MC. Guía para padres de bebés nacidos prematuros. La internación. Interdisciplinaria, vol. 32, núm. 2, 2015, pp. 347-366