



Llega antes  
de tiempo, pero...

# Sale adelante

**Noelia** ha nacido a las 25 semanas de gestación y pesa 750 gramos. Su diminuto cuerpo resulta aún más llamativo envuelto como está en un enorme pañal. «No hay pañales de su tamaño», aclara la enfermera. Tiene sondas que le procuran alimento y respiración asistida, ya que sus pulmones no están aún maduros. Hace unos años su supervivencia habría sido imposible. Hoy, Noelia, a la que se ve dormir plácidamente a pesar del aparataje que la rodea, tiene muchísimas posibilidades de salir adelante.

El útero materno es la primera casa del bebé. Lo alberga nueve meses, el tiempo justo para que el pequeño se forme, crezca, madure y engorde. Pero a veces la salida es forzosamente antes.

Un mes, dos meses, tres meses... Y a todos nos pilla por sorpresa: el bebé no estaba listo, los padres tampoco y las preguntas se agolpan: ¿por qué nació antes? ¿Qué va a pasar ahora? ¿Qué podemos hacer nosotros? ¿Cuándo saldremos del hospital? ¿Cómo manejamos las emociones? Y... ¿tendrá secuelas?

Afortunadamente, hoy casi el 90% de los prematuros, incluyendo a los grandes prematuros (los que nacen antes de la semana 29ª), salen adelante sin problemas. Mantener una estrecha relación con nuestro hijo a pesar de la posible separación física y una buena relación con los profesionales que lo cuidan, nos ayudará a atravesar este periodo con tranquilidad y confianza.

## En España, el 10 por ciento de los partos se adelantan

¿Por qué ha crecido la cifra de prematuros? Hay varias causas:

- Ha aumentado la edad media de las madres. A partir de los 35 crecen las posibilidades de tener un hijo prematuro, sobre todo si confluyen otros factores como estrés o tabaco, por ejemplo. El motivo es que la placenta, de la que se alimenta el feto, puede envejecer antes y dejar de aportarle el oxígeno necesario.
- Se han incrementado las fecundaciones in vitro que, en muchos casos, provocan la gestación de dos o más bebés. Esto hace que la placenta envejezca antes.
- También hay otras causas naturales, como la infección de la placenta, que puede desencadenar el parto, al igual que la rotura de la bolsa, o la gestosis, una enfermedad que da lugar a una peligrosa subida de tensión en la madre.

## Qué podemos hacer

Se le ve tan frágil al otro lado del cristal... que a veces nos da miedo incluso tocarle. Sin embargo, tocarle, hablarle, formar parte del equipo que le cuida (y cambiarle los pañales, alimentarle, lavarle) es lo mejor que podemos hacer, siempre que sea posible. Tras el inesperado nacimiento y la obligada separación, podemos sentir miedo, culpa, ira, impotencia... ¿Qué podemos hacer nosotros entonces? Todos los estudios afirman que permanecer en contacto con el bebé y hacemos cargo de su cuidado en todo lo que sea posible reduce la ansiedad de los padres y acelera la recuperación del niño.

«Yo me sacaba leche, y eso que los médicos me decían que Inés no iba a poder tomarla... Pero saber que estaba haciendo algo por mi hija, cualquier cosa, me daba una fuerza increíble», afirma Carmen, madre de Inés. La niña, que no solo nació prematura sino además con un serio problema intestinal, corre hoy por el parque con el resto de sus amigos.

Hay algunas maternidades en las que podemos pasar el día con el prematuro, o en las que están implantado el método



## El 90 por ciento de los prematuros (incluidos los grandes prematuros) crece sin ningún problema

Madre Canguro: el bebé pasa el mayor tiempo posible en contacto con la piel de su madre. Estos métodos benefician enormemente a los padres y los hijos engordan y maduran mucho más rápido.

No obstante, no todas las maternidades están aún preparadas. Si no es así, lo mejor es mantenernos en contacto con nuestro bebé todo el tiempo posible y aprender a comunicarnos poco a poco con él, sin miedo, en los momentos que podamos compartir. «Al principio nos quedábamos de pie al lado de la incubadora, sin tocarla porque Inés tenía mucho riesgo de infecciones», comenta Carmen. «Cuando por fin pude cogerla, esa media hora al día me daba la vida», recuerda.

### ¿Qué hacer cuando nos den el alta hospitalaria?

**1** Durante los primeros días, mientras se acostumbra a la casa, procuraremos que nuestro hijo esté en contacto con pocas personas y evitaremos totalmente el contacto con enfermos.

**2** Le pondremos en la cuna su peluche de la incubadora si lo tenía, o cualquier cosa (su mantita) para evitar el cambio brusco.

**3** Poco a poco, iremos haciendo una vida normal. A algunos niños prematuros se les recomienda no asistir a la guardería los dos primeros años. Eso no quiere decir que no puedan visitar el parque, a los vecinos o a los abuelos. A los cuatro meses la inmunidad del bebé estará prácticamente recuperada.



**C** así todos los prematuros tienen dificultades para mantener el calor corporal, les cuesta más respirar, tienen ictericia (color amarillo) y una inmunidad débil. También una enorme sensibilidad a los ruidos y las luces. La mayoría de las maternidades cuentan con métodos de control de ruidos, luces y posturas del bebé, y con personal muy cualificado. Estamos en buenas manos.

### No todos los prematuros son iguales

Se considera que un bebé ha nacido antes de tiempo si lo hace antes de la semana 37ª.

Sin embargo, en esta semana lo habitual es que los órganos del bebé estén maduros y que solo le falte algo de peso. Si el bebé nace con menos de dos kilos, suele pasar un tiempo en la incubadora hasta alcanzarlos y, si todo va bien (el bebé respira, come y hace caca sin problemas), puede irse a casa incluso con solo dos kilos (hay centros que prefieren esperar hasta los dos kilos y medio).

■ Cuando el bebé nace entre las **semanas 34ª y 37ª**, tiene muchas probabilidades de que su sistema respiratorio esté inmaduro, lo que en muchos casos se traduce en res-

piración asistida durante unos días o semanas. También puede ocurrir, sin embargo, que sea capaz de comer por la boca y que su peso se acerque a los dos kilos.

■ Si nace **entre las 30 y las 34**, normalmente supera el kilo de peso, pero quizá requiera respiración asistida y no tenga desarrollado el reflejo de succión, por lo que necesite sondas para alimentarse (con un preparado especial o con leche materna). Su inmunidad estará probablemente muy débil.

■ Los pequeños de **menos de 29 semanas** (hoy día salen adelante niños nacidos a las 22

### Aunque esté en la incubadora, las caricias, la presencia y el olor de mamá le vienen fenomenal

semanas, con apenas 400 gramos de peso), se llaman grandes prematuros y son aproximadamente el 1% de los niños nacidos en España. Cada vez salen adelante con menos problemas. Es cierto, no obstante, que cuanto más pequeños nacen, más dificultades tendrán que superar. ▶