

Situaciones particulares durante el nacimiento

El parto prematuro

Un bebé es “prematuro” si nace antes de las 37 semanas completas de embarazo. Los bebés prematuros son más propensos a tener estancias más largas en el hospital y pueden tener problemas con:

- la respiración
- mantener la temperatura corporal
- la succión y deglución
- bajos niveles de glucosa en sangre
- infecciones
- moretones y hemorragias
- ictericia (piel amarillenta)

Los bebés prematuros también tienen mayores probabilidades que los bebés nacidos a término de tener problemas de por vida relacionados con la visión, la respiración, el caminar y el aprendizaje.



HISTORIAS DE FAMILIAS

Nuestra hija nació a las 34 semanas por cesárea. Mi esposa tenía la presión arterial muy alta y la bebé tenía dificultades. Nació muy pequeña pero, afortunadamente, sana. Pero fue una de las cosas más aterradoras por las que hemos pasado.

Reduzca su riesgo

El trabajo de parto prematuro puede sucederle a cualquiera. La causa a menudo se desconoce. Pero las posibilidades de un trabajo de parto prematuro son mayores si ya ha tenido un bebé prematuro o si está embarazada de mellizos o trillizos. Si tiene una infección de la vejiga o los riñones, o una condición médica como hipertensión arterial o diabetes, su riesgo también aumenta.

Puede disminuir el riesgo de tener un parto prematuro si:

- visita a su profesional de la salud de forma regular
- come bien
- trabaja con profesional de la salud para dejar de fumar, beber y usar drogas o reducir su consumo
- busca ayuda si es víctima de abuso (ver [Estilo de vida](#))
- limita su día de trabajo a 8 horas y encuentra tiempo para descansar
- busca formas de reducir el estrés
- coloca la parte del cinturón de seguridad que va sobre el regazo debajo del bebé y la parte que va sobre el hombro contra su pecho



BUSQUE ASISTENCIA MÉDICA

Consulte a su profesional de la salud o vaya al hospital de inmediato si tiene estos signos de trabajo de parto prematuro:

- un chorro o goteo de agua o sangrado que sigue saliendo de la vagina después de ir al baño
- dolores estomacales o calambres fuertes que no desaparecen
- dolor o presión inusual en la región lumbar
- contracciones que no desaparecen cuando camina, descansa o toma una ducha caliente
- una sensación de que algo no está bien



Bebés prematuros y de bajo peso al nacer

¿Qué es un bebé prematuro?

Es un bebé nacido antes de las 37 semanas.

¿Qué es un bebé con bajo peso al nacer?

Un bebé que pesa menos de 2,5 kg (5,5 lb) al nacer.

Entre más pronto nazca su bebé, menos pesará y más problemas de salud tendrá. Y aunque un tercio de los bebés de bajo peso al nacer nacen a término, suelen tener algunos de los mismos problemas que los bebés prematuros.



¿SABÍA USTED?

Los bebés que tienen mucho contacto físico con quien los cuida crecen más rápido que los que no lo tienen. Todos los bebés, incluso cuando están en una incubadora, necesitan que se les toque y acaricie y que se les hable tanto como sea posible.



ADVERTENCIA

Los bebés prematuros y de bajo peso al nacer corren un mayor riesgo de muerte relacionada con el sueño (vea la sección [El sueño](#)). Hable con su profesional de la salud sobre cómo hacer que el sueño de su bebé sea lo más seguro posible.

Qué puede esperar

- Es posible que su bebé tenga que ir a la sala de cuidados especiales del hospital después de nacer. Tan pronto como pueda, abrácela para darle contacto piel con piel (método “madre canguro”).
- Los bebés pequeños pueden no estar listos para alimentarse de inmediato, pero con tiempo y apoyo, lo harán. Mientras tanto, extraiga la leche a mano o con un extractor con frecuencia y pronto –dentro de la primera hora de nacido el bebé, si es posible– para estimular su producción de leche (ver [Extracción de la leche materna](#)).
- Es posible que su bebé necesite una silla de auto hecha para bebés de menos de 2,5 kg (5,5 lbs). En un asiento infantil normal podría dejar caer la barbilla y bloquear la respiración.

¿Qué es la técnica de mamá canguro?

Consiste en sostener a su bebé piel con piel sobre su pecho para que pueda escuchar sus latidos, sentir su respiración y amamantarse.



Mellizos, trillizos y más

Qué puede esperar

- Sus bebés pueden nacer por vía vaginal o por cesárea, dependiendo de su posición, de cuántas semanas tengan y de su salud.
- La lactancia materna temprana y frecuente y el intentar diferentes posturas le ayudará a producir suficiente leche (vea [Cómo amamantar a su bebé](#)).
- No dude en pedir ayuda una vez que esté en casa.



HISTORIAS DE FAMILIAS

Al principio, tenía miedo de tocar a mi hijo. Era tan pequeño y estaba conectado a tantos tubos. Aprendí a hacer preguntas y a concentrarme en cada mejoría, por pequeña que fuera.



APOYO

Qué puede hacer

Si se llevan a su bebé para darle cuidados especiales después del nacimiento, vaya con ella a los cueros y participe en sus cuidados. La enfermera puede mostrarle cómo cambiarle el pañal, sostenerla contra su piel y acomodarla en la cuna.