

Nacimiento Prematuro



Un nacimiento prematuro ocurre cuando un bebé nace antes de completar las 37 semanas de gestación, mientras que un embarazo típico dura alrededor de 40 semanas. Los bebés prematuros tienen mayor riesgo de tener complicaciones graves de salud, tanto a corto como a largo plazo, debido a que sus órganos aún no han alcanzado un desarrollo completo al momento del nacimiento.

Problemas que un bebé prematuro pudiese enfrentar a corto plazo

Respiratorios: sus pulmones están inmaduros, por lo que tendrá dificultad para respirar por sí solo.

Cardiovasculares: sus venas, válvulas y arterias, aún son demasiado angostas, lo que impide que la sangre fluya uniformemente por todo el cuerpo; su presión arterial y latidos serán bajos.

Cerebrales: la falta de oxigenación adecuada y los cambios en la presión arterial pueden provocar que ocurran sangrados en el cerebro. También, pueden tener problemas sanguíneos como anemia, ictericia (ojos y piel amarillentos).

Gastrointestinales: sus intestinos aún pueden estar inmaduros o fuera de la pared abdominal, esto puede provocar múltiples complicaciones, entre ellas, dificultad para alimentarse y ganar peso.

Inmunológicos: su sistema de defensa ante virus y bacterias aún no está lo suficientemente fortalecido, por lo que pudiera ocurrir una infección en la sangre (septicemia).

Temperatura corporal: bajo su piel aún no tienen la cantidad suficiente de grasa, lo que provoca dificultad para controlar la temperatura y mantener el calor.

Cuidado de un bebé prematuro en el hospital

La Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (NICU, por sus siglas en inglés) del hospital, observará de cerca y tratará cualquier problema que presente el recién nacido. El bebé debe permanecer en la unidad neonatal hasta que su sistema y órganos puedan funcionar sin ayuda.



Durante la estadía en el hospital, el bebé recibirá chequeos médicos regulares, vacunas y demás tratamientos para proteger su salud. Mientras esto ocurre, elija un pediatra y programe las visitas. Es posible que el bebé necesite atención con médicos especialistas.

Los siguientes signos indican que su bebé está listo para ir a casa:

- Puede respirar sin ayuda.
- Tiene temperatura corporal estable.
- Lo puede amamantar o alimentar con biberón.
- Aumenta de peso de manera saludable.
- No tiene ningún problema de salud importante.

Recomendaciones:

- **Cada vez que vaya a visitar a su bebé,** deberá lavarse las manos con agua y jabón, por al menos 20 segundos, utilizar mascarilla y seguir cualquier medida de protección requerida por el hospital.
- **Revise la cubierta de beneficios** de su plan médico.
- **Aprenda CPR** (primeros auxilios) para bebés.

Cuidado de un bebé prematuro en el hogar

- Mantenga la casa limpia para prevenir infecciones.
- Durante las primeras semanas, limite las salidas. Salga solo a las visitas del pediatra u otros seguimientos médicos.
- Limite las visitas a su hogar; todas las personas deberán lavarse las manos antes de tocar al bebé.
- Alimente al bebé, siguiendo las indicaciones del pediatra. Puede alimentarle de manera exclusiva con leche materna al menos por los primeros seis (6) meses de vida. De no ser posible, aliméntelo con leche de fórmula fortificada con hierro.
- Al momento de dormir, acueste siempre al bebé boca arriba sobre su espalda en una superficie firme. Para evitar un accidente, remueva de la cuna los juguetes y la ropa de cama suelta.
- Durante la estadía en el hospital, el bebé recibirá chequeos médicos regulares, vacunas y demás tratamientos para proteger su salud. Mientras esto ocurre, elija un pediatra y vaya programando las visitas. Es posible que el bebé necesite atención con médicos especialistas.



Otros problemas que un bebé prematuro pudiese enfrentar a largo plazo

- Problemas en el desarrollo motor, como sostener la cabeza, gatear y caminar.
- Dificultades en el aprendizaje, la comprensión y la atención.
- Problemas en la visión.
- Comportamiento agresivo, ansiedad o problemas para relacionarse con los demás.
- Problemas de la vista y audición.
- Parálisis cerebral.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras el tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Healthcare 87-641-9133

Referencias:

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/premature-birth/symptoms-causes/syc-20376730>

https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/salud-infantil/problemas-generales-del-reci%C3%A9n-nacido/reci%C3%A9n-nacidos-prematuros#Complicaciones_v36970659_es
https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/salud-infantil/problemas-generales-del-reci%C3%A9n-nacido/reci%C3%A9n-nacidos-prematuros#Pron%C3%B3stico_v36970746_es

Preparado por Educadores en Salud licenciados.

Revisión en junio 2025.

©First Medical Health Plan, Inc.