

## Quando Su Bebé Prematuro (Pretérmino) Va A Su Casa

### ¿Quién es un bebé prematuro?

- un bebé que ha nacido por lo menos tres semanas antes de la fecha calculada

### Cosas importantes de recordar:

- edad corregida: Es importante que se cuente la edad del bebé a partir del día que tendría que haber nacido, y no desde el día en que nació prematuramente; a esto se llama la edad corregida.
- prevención de infecciones: Siempre lave sus manos antes de tocar o darle de comer, después de haber cambiado los pañales, y muy especialmente si Usted está enferma.
- tenga al bebé en sus brazos lo más frecuentemente posible.

### Los bebés prematuros son distintos de otros recién nacidos porque:

- tienen distintas necesidades de acuerdo a cuan prematuros son, si estuvieron enfermos o si necesitaron cuidados intensivos después de haber nacido
- tienen un sistema nervioso que necesita más tiempo para desarrollarse completamente
- necesitan más tiempo para lograr su crecimiento

### Los bebés prematuros no toleran bien demasiada estimulación. Ya sea ruidos, luz (sol), etc. Es importante que Usted:

- aprenda a entender lo que el bebé quiere
- aprenda a hablar con su bebé
- aprenda cómo sostener y abrazar a su bebé para calmarlo

*Al principio es difícil saber lo que el bebé quiere: ¿Tiene hambre? ¿Tiene sed? ¿Tiene dolor? ¿O ha recibido demasiada estimulación (por ejemplo, mucho ruido) y está cansado?*

### Durante las primeras semanas y meses el bebé se irrita y se cansa fácilmente; por lo tanto es importante que:

- haya poca gente alrededor de su bebé al mismo tiempo
- levante, abrace, arulle y arrope a su bebé si está llorando o está irritado.
- sostenga a su bebé permitiéndole que esté ligeramente flexionado (posición fetal).
- permita que el bebé chupe sus manos y dedos, o le puede dar un chupete (pacifier).
- cuando sostenga a su bebé Usted se mantenga calmada y tranquila.
- mantenga luz tenue alrededor del bebé
- cargue a su bebé cuando esté llorando
- hable y juegue con su bebé cuando esté contento y tranquilo

### ALIMENTOS:

#### Los bebés prematuros necesitan:

- amamantarse o comer en un ambiente tranquilo y con poca luz.
- mantenerse apretados contra su pecho y con sus manitas cerca de la boca.
- ser amamantados cada 2 o 3 horas. (Algunos bebés pueden necesitar fórmula).

No les dé cereales antes de que cumplan 3 o 4 meses a partir de la fecha de que tendrían que haber nacido.



### **Su bebé prematuro puede:**

- ser lento para amamantar/comer.
- cansarse mientras está amamantando.
- dormirse mientras está amamantando.

### **CUANDO DUERME, ESTÁ DESPIERTO O CUANDO ESTÁ LLORANDO**

#### **Su bebé puede:**

- ser inquieto o ruidoso cuando está durmiendo.
- hacer sonidos cuando está durmiendo
- dormir casi todo el día, en un principio
- estar irritable y llorar cuando se despierta.
- tener dificultad a tranquilizarlo

#### **Su bebé puede llorar mucho debido a que:**

- tiene hambre, fatiga, se siente solo o necesita que lo levante o que lo cambie de posición
- tiene demasiada actividad o ruido.

#### **Los bebés prematuros son muy sensibles al ruido y a la estimulación. Cuando su bebé está cansado y no quiere jugar con Usted, puede responder:**

- tratando de alejarla mirando hacia otro lado y a veces estirando los brazos y piernas.
- llorando.
- sobresaltándose.
- arrugando la frente, bostezando, estornudando o sacando la lengua, escupiendo.
- respirando más rápido que lo usual.
- arqueando la espalda, cuello y cabeza tratando de alejarse de Usted.

#### **LLAME A SU MÉDICO INMEDIAMENTE SI SU BEBÉ:**

- se pone pálido o de color azulado
- si tiene problemas para respirar o si empieza a respirar en una forma distinta a lo usual.
- si no deja de llorar.
- si no quiere comer
- si tiene dificultades para comer.
- si no tiene por lo menos 6 pañales mojados por día (con orina)
- si está vomitando o si tiene diarrea.
- si Usted tiene dificultad en despertarlo
- si lo nota cansado o débil.
- si lo siente acalorado (febril)

#### **PARA PREVENIR EL SÍNDROME DE MUERTE SÚBITA INFANTIL (SMSI) O MUERTE DE CUNA:**

- mantenga a su bebé lejos del humo de cigarrillo
- **el bebé debe dormir en su espalda y no de costado o boca abajo** (puede ponerlo boca abajo para jugar)

