

---

## Leches especiales: fórmulas para prematuros

Se llama [prematuros](#) a los niños que nacen antes de las 37 semanas de gestación. Prematuros extremos son los que nacen antes de la 31 semana.

[Para alimentar a estos niños](#) necesitamos leches especiales que cubran sus necesidades nutricionales.

El objetivo es que tengan una buena nutrición. De esta forma crecen y tienen una composición corporal igual o parecida a la que tendría un bebé sano de la misma edad gestacional. Así se puede conseguir un buen desarrollo neurológico y sensorial.

Hay que tener en cuenta y evitar el riesgo de síndrome metabólico del adulto (obesidad, trastornos del colesterol y otras grasas e hipertensión). Esto pasa si se sobrealimenta al niño de pequeño.

Es importante que el prematuro tome leche por la boca en cuanto se pueda. Esto hace que funcione mejor su aparato digestivo.

### Tipos de alimentación

[La mejor leche para un prematuro](#) de cualquier edad gestacional y peso es **la leche materna**. Puede ser fresca o de banco de leche (pasteurizada).

Sabemos que tiene muchas ventajas: factores inmunológicos, previene alergias, mejor la absorción de grasas, mejora la relación psicoafectiva madre-hijo y mejor desarrollo de la inteligencia.

Algunas veces la leche materna puede tener pocas proteínas, calcio, fósforo y energía. En este caso se pueden añadir fortificantes o complementar con fórmulas de prematuros.

### Fórmulas especiales para niños prematuros

[Cuando no se puede dar de mamar](#), se pueden usar fórmulas especiales para prematuros. Se pueden usar solas o combinadas con la leche materna.

Son fórmulas que salen de la leche de vaca modificada, igual que las fórmulas para bebés a término. Sin embargo, tienen una serie de diferencias respecto a éstas.

- Estas fórmulas dan más energía. Suelen tener unas 10 Kcal más por cada 100 ml.
- El aporte de proteínas es también mayor que el de las leches de inicio. Además suelen estar enriquecidas con

proteínas que estos niños no pueden fabricar (taurina y carnitina). Las proteínas en algunas de estas fórmulas están [hidrolizadas](#) en algún grado.

- Estas fórmulas tienen una cantidad de azúcares parecida a las de inicio, pero suelen tener menos lactosa para que se digieran mejor.

- La cantidad de grasas es más alta y estas grasas se absorben mejor. Además tienen grasas poliinsaturadas que el prematuro no puede fabricar. Estas grasas son importantes para el desarrollo visual y del cerebro.

- Estas fórmulas tienen también suplementos de calcio y fósforo, para que los huesos crezcan bien.

No se debe diluir las fórmulas, porque no se logra un buen aporte nutricional ni la maduración del intestino.

Además de esta fórmula especial, los prematuros necesitan [suplementos de hierro y vitaminas](#). Suelen venir indicados en el alta del hospital.

Es importante ir a los [controles de salud](#) para ver que el niño tiene un buen estado de nutrición.

La buena ganancia de peso y talla es también garantía para el desarrollo del sistema nervioso. No conviene ganar demasiado peso, por el riesgo de enfermedades en el futuro (síndrome metabólico del adulto).

### **¿Hasta cuándo se deben usar estas fórmulas de prematuros?**

No se tiene claro. La *Sociedad Europea de Gastroenterología y Nutrición* las recomienda hasta que cumplan la semana 40. La OMS hasta que el bebé alcance los 2000 gr de peso. Después de la 40 semana, no se deben dar, porque el aporte de calcio y fósforo es alto. Solo se podría seguir con esta leche si se hace como suplemento de la leche materna.

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:

# Leches especiales: Fórmulas para prematuros

M<sup>a</sup> Isabel Morera Sanz. Pediatra  
Beatriz Rodríguez Soriano. MIR de Medicina de Familia



[www.familiaysalud.es](http://www.familiaysalud.es)

---

**Fecha de publicación:** 13-11-2018

**Autor/es:**

- [M<sup>a</sup> Isabel Morera Sanz](#). Pediatra. Centro de Salud "Adoratrices". Huelva
- [Beatriz Rodríguez Soriano](#). MIR de Medicina de Familia. Centro de Salud 'Adoratrices'. Huelva

