
Cuidado del recién nacido y lactante prematuro

¿Cuándo se dice que un niño es prematuro?

Se dice que un niño es prematuro cuando nace antes de la 37 semana de edad gestacional. La fecha probable de parto se calcula a las 40 semanas de edad gestacional, pero el niño será prematuro solo si nace antes de las 37 semanas.

No todos los prematuros son iguales. No es lo mismo nacer a las 34 semanas que a las 24 semanas. Cuanto más prematuro sea el niño más problemas se pueden presentar y en general hace falta más tiempo de ingreso en una unidad de neonatología.

¿Qué es la edad corregida?

Es bueno que los padres sepan lo que es la edad corregida. A los niños prematuros, para valorar su crecimiento y su desarrollo, hay que descontarles a su edad real las semanas que les faltó en el útero para llegar a la 40 semana de edad gestacional.

Por ejemplo, a un niño que nació en la semana 34 le faltaban seis para llegar a la 40 semana, así que a su edad real hay que descontarle seis semanas, más o menos mes y medio. Es decir, cuando el niño tenga 5 meses realmente será como un niño de 3 meses y medio. Esto es importante, porque si no puede parecer que el niño crece mal o que está algo retrasado cuando no es así.

Esto aún tiene más importancia si el niño fue muy prematuro, por ejemplo de 26 semanas. En este caso le faltaría 14 semanas para llegar a la 40, así que a su edad real habría que descontarle más o menos 3 meses y medio. Por tanto, ese niño a los cinco meses de edad realmente es como un niño de mes y medio.

Hasta los dos años de edad hay que tener en cuenta la edad corregida para todo: para valorar su crecimiento, su desarrollo y para la introducción de nuevos alimentos.

Solo [la vacunación](#) se hará con la edad real del niño. Para todo lo demás se tendrá en cuenta la edad corregida.

¿Qué cuidados especiales necesita un niño prematuro?

Cuando un niño prematuro se va de alta a su casa es porque es capaz de comer por sí solo y puede controlar la temperatura en una cuna y ya no hace falta que esté en una [incubadora](#). Así que, en principio, los cuidados serán [como los de cualquier recién nacido](#).

Aunque ya puedan controlar **la temperatura** en la cuna tiene dificultades para mantener una temperatura constante. Por tanto, si el ambiente está frío es fácil que pierdan calor y se queden fríos, y al revés, también les subirá la temperatura si el ambiente es muy caluroso. Lo ideal es que la habitación en la que esté el niño tenga una temperatura de unos 23 grados.

Por otro lado, tienen más facilidad para sufrir infecciones porque sus defensas no están igual de desarrolladas que las de un niño nacido a término. Por ello, se deben extremar las medidas para **prevenir las infecciones**.

La más importante de ellas es [lavarse las manos](#) cuando se va a tocar al niño o cuando se le va a hacer la comida. Se debe evitar el contacto con personas acatarradas. En los meses de invierno se deben limitar las visitas, sobre todo de niños pequeños que van a guarderías o colegios. Si los que están acatarrados son los padres o los hermanos, además de que se laven las manos, deberían usar mascarilla.

¿Cual es el mejor alimento para los niños prematuros?

[El mejor alimento](#) para los niños prematuros es la [leche materna](#). Algunos pueden mamar desde el principio pero otros no podrán hacerlo en los primeros días o en las primeras semanas de vida. En estos casos, la madre se tendrá que sacar la leche que el niño tomará por una sonda que va hasta su estómago.

Cuando se van de alta, muchos niños prematuros ya maman sin problemas. Suelen necesitar tomas muy frecuentes, cada dos horas o dos horas y media. Esto se debe a que la capacidad de su estómago es pequeña y también porque cuando maman se cansan enseguida. A veces no pueden mamar toda la leche que necesitan y parte de las tomas hay que suplementarlas con leche que se ha extraído antes la mamá.

Esta leche extra se le puede dar con una jeringuilla o con biberón, lo que se haya considerado que es mejor antes del alta. Si la cantidad de leche de la madre está disminuyendo, puede ser útil poner al niño en [contacto piel con piel](#). La madre desnuda de cintura para arriba se sienta y se coloca al niño desnudo o solo con el pañal entre los pechos. Luego se pueden cubrir ambos con una manta o con la ropa de la madre. Es lo que se llama **el método canguro** (Figura 1).

De esta forma, se ayuda al desarrollo del niño y se aumenta la cantidad de leche que produce la madre. El cuidado canguro se puede mantener hasta que el niño esté confortable en esa posición. Cuando ya son suficiente maduros ya no quieren estar así y lo demuestran porque trepan por el pecho de la madre como queriendo salir de las ropas o la manta que les cubre. A veces viene bien contactar con los grupos de apoyo para la lactancia que hay en casi todas las ciudades.



Figura 1. Posición para el contacto piel con piel o cuidado canguro ([Canción Mamá Canguro](#))

Si el niño no toma leche de la madre, se le alimentará con [la leche artificial](#) que le indique su pediatra. En general, cuando ya están de alta toman las mismas leches que los niños nacidos a término.

Algunos prematuros precisan durante algún tiempo leches artificiales con más calorías. Estas leches son [leches especiales](#) y se deben seguir las indicaciones de su pediatra. A veces les cuesta mucho tiempo tomar el biberón, se cansan y hay que darles un tiempo de descanso. Para alimentar a un niño prematuro a veces hace falta mucha paciencia.

También los niños prematuros que toman leche artificial pueden beneficiarse del cuidado canguro o contacto piel con piel. Puede ser muy gratificante tanto para la madre y padre como para el niño.

¿Cómo es el desarrollo de un niño prematuro?

Casi todos los niños prematuros tendrán un desarrollo normal, pero algunos niños prematuros pueden tener problemas en su desarrollo motor, es decir dificultades para sentarse o caminar o para coger objetos con las manos. Otros niños pueden tener dificultades en la visión o para oír o problemas de comportamiento.

Si los padres tienen cualquier [duda sobre el desarrollo](#) de su hijo deben consultar con el pediatra. Muchas veces los padres son los primeros en darse cuenta de que hay un problema porque son los que más horas pasan con el niño.

Como ya se ha dicho antes, para valorar el desarrollo es muy importante tener en cuenta la edad corregida. Por ejemplo, los niños a término se sientan solos hacia los seis meses de edad, la mayor parte de los prematuros se sientan entre los seis y los siete meses de edad corregida y caminan sobre el año de edad corregida. Si se considera la edad real pueden surgir preocupaciones no justificadas porque el desarrollo de los niños prematuros debe valorarse siempre con edad corregida.

Los niños muy prematuros, con una edad gestacional menor de 30 semanas, o los que han tenido problemas graves durante el ingreso en la unidad neonatal, pueden beneficiarse del apoyo que se presta desde los centros de [atención temprana](#).

Se le puede preguntar al pediatra si él cree oportuno remitir al niño a uno de estos centros. El pasar tiempo con el niño jugando con él o hablándole será bueno para su desarrollo. Se ha visto que **hablar a los niños prematuros, contarles historias o leerles cuentos** desde muy pequeños les ayuda a su desarrollo.

Más información...

- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [¿Es mi bebé prematuro?](#)
- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [Incubadora](#)

Fecha de publicación: 11-11-2011

Última fecha de actualización: 26-08-19

Autor/es:

- [Carmen Rosa Pallás Alonso](#). Pediatra. Neonatóloga.. Servicio de Neonatología. Hospital "12 de Octubre" Madrid
- [Grupo PrevInfad](#). Prevención en la infancia y adolescencia (PrevInfad). Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

