



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Quan el nostre fill prematur arriba a casa

Autor/es: Carmen Rosa Pallás Alonso. Jefa del Servicio de Neonatología del Hospital 12 de Octubre. Miembro del grupo PrevInfad.

Traductor/a: Josep Bras i Marquillas.

[Volumen 6. N°2. Junio 2013](#) [1]

Palabras clave: [prematuro](#) [2], [preterme](#) [3], [nadó](#) [4], [desenvolupament](#) [5], [edat corregida](#) [6]

Els nens prematurs són els que neixen abans de la 37^a setmana de gestació. La data que es calcula com a data de part correspon a la 40^a setmana de gestació, un nen que neix dues setmanes abans d'aquesta data, és a dir amb 38 setmanes, no es considera prematur. Si neix quatre setmanes abans, a la 36 setmana de gestació, ja és un nen prematur. És fàcil comprendre que no tots els prematurs són iguals, no és el mateix néixer cinc setmanes abans, a la 35 setmana de gestació, que néixer a la 24 setmana de gestació, 16 setmanes abans de la data probable de part.

A vegades, es creu que els nens prematurs són només nens més petits, que pesen menys i que només han d'estar un temps a la incubadora per engreixar-se. És cert que els nens prematurs pesen menys, han estat menys temps a l'úter de mare i, per això, han guanyat menys pes, però aquest no és el seu principal problema. Els nens prematurs neixen amb els seus òrgans immadurs i, per tant, no estan ben preparats per assumir les funcions que es requereixen en néixer. Com més prematur és un nen més problemes tindran els seus òrgans per adaptar-se i, per això, necessiten estar ingressats. En algunes ocasions necessiten estar en vigilància intensiva, perquè necessiten ajuda de medicacions i d'aparells per suplir la immaduresa dels seus òrgans.

Quan un nen prematur es dona d'alta de l'hospital és perquè se suposa que ja està madur, que ja pot alimentar-se sense problema, que els seus òrgans funcionen bé i que és capaç de controlar la seva temperatura en un bressol.

La gran majoria dels nens prematurs seran nens amb un desenvolupament absolutament normal però, tot i així, tenen una sèrie de característiques o peculiaritats. Els nens prematurs acaben de madurar en un ambient diferent a l'úter matern i, per tant, el seu desenvolupament també té característiques diferents que val la pena que els pares coneguin perquè així se sentiran més segurs i no es preocuparan per aspectes que són normals en els nens que neixen abans d'hora.

L'edat corregida

Aquest és un concepte molt important, i que tots els pares dels nens prematurs haurien de conèixer. Es diu edat corregida a l'edat que tindria el nen si hagués nascut a les 40 setmanes de gestació, és a dir si hagués nascut a la data probable de part. Per exemple: un nen de 6 mesos que va néixer a la 32 setmanes de gestació, 8 setmanes (=2 mesos) abans de la data de part, té una edat corregida de 4 mesos. Als sis mesos de l'edat real se li treuen les vuit setmanes que li faltaven per a les 40 setmanes: la seva edat corregida són sis mesos menys vuit setmanes, que equival a quatre mesos. Si un nen neix a la 24 setmana d'edat gestacional, neix 16 setmanes abans, així, per exemple quan tingui 10 mesos d'edat real, la seva edat corregida serà de 6 mesos, ja que cal treure-li 16 setmanes a l'edat real.

El desenvolupament, el pes i la talla del nen estaran en relació amb la seva edat corregida i no amb la seva edat real. L'edat corregida perd importància a partir dels dos anys. No és el mateix un nen de 10 mesos que de sis mesos, però als cinc anys no és molt diferent tenir cinc anys que cinc anys i quatre mesos. Per això els pediatres han decidit utilitzar l'edat corregida per totes les valoracions fins als dos anys. Després dels dos anys, ja utilitzen l'edat real.

Cures especials quan arriba a casa amb un nen prematur.

Els nens prematurs tenen dificultats per controlar la temperatura. Si fa molta calor a l'habitació es posaran amb febre i si fa fred la temperatura els baixarà per sota dels límits normals. L'habitació hauria d'estar entre 21 i 23 graus i cal prestar atenció a la roba que porta el nen. Si es dubta de si està poc o massa abrigat se li pot prendre la temperatura.

Cal intentar que el nombre de visites d'amics i familiars es redueixi al màxim. És millor que el vegin al carrer que a casa, ja que és més fàcil transmetre una infecció en un lloc tancat que en un d'obert. És molt important que ningú toqui al nen sense haver-se rentat les mans. Si la mare o el pare estan refredats s'utilitzaran màscara quan agafin el nen. Als germans se'ls ha d'ensenyar a rentar-se les mans sempre que vagin a tocar al germà petit. No se'ls ha d'impedir que el toquin, però cal ensenyar-los com ho han de fer.

Sempre que sigui possible s'evitaran les escoles bressol, idealment fins als tres anys. A les escoles bressol els nens prematurs s'exposen a molts nens, alguns dels quals, tindran alguna infecció i se la contagiaran amb força facilitat.

La família del nen prematur.

Igual que els nens prematurs no estan preparats encara per néixer, moltes vegades, els pares tampoc estan preparats per rebre el seu fill. A més, com ja s'ha dit, alguns nens prematurs necessiten ingressos a l'hospital molt prolongats, el que produeix una gran distorsió a la família. Els pares han d'intentar assumir el paper de cuidadors del seu fill com més aviat millor, encara que estigui ingressat a l'hospital. Com més s'impliquin en la cura del seu fill, els serà tot més fàcil després. La cura cangur, augmenta la producció de llet, afavoreix el desenvolupament de l'infant i disminueix l'ansietat i la depressió dels pares. El contacte físic entre els pares i el nen és molt important perquè facilita l'aparició del vincle. Tenir-lo en cangur (figura 1), sostenir-lo en braços, abraçar-lo, besar-lo, facilitaràn el procés de vinculació entre els pares i el nen que, sens dubte, es veu dificultat per l'ingrés a l'hospital quan aquest és necessari.

Durant el temps d'ingrés a l'hospital també cal intentar trobar temps per estar amb els germans del nen, si els té. Els germans poden sentir-se abandonats pels seus pares, que només semblen preocupats per un nen que ni coneixen ni saben ben bé on està. Per a ells també és bo que puguin veure'l a l'hospital, posar-li cara. Ells capten la seva situació de fragilitat i entenen així millor que els seus pares hagin de dedicar tanta atenció a aquest nen tan petit. Si la majoria dels dies, tot i el cansament que sens dubte tenen els pares, s'aconsegueix treure un temps especial per als germans, aquests portaran molt millor aquest temps d'ingrés. Quan arriba el germà a casa cal instruir-los sobre com han de tractar-lo, ensenyar-los que han de rentar-se les mans abans de tocar-lo, sense impedir que tinguin contacte físic amb el germà prematur.

Després de l'alta, els nens prematurs se segueixen percebent com a molt fràgils i solen aparèixer actituds sobreprotectores que, de vegades, compliquen el procés educatiu, però que, d'altra banda, s'entenen molt bé, perquè alguns nens han estat veritablement molt petits i molt fràgils. De totes maneres cal intentar que els nens se sentin segurs. Com més segurs se senten més independents seran després. Tot i que cal protegir-los, alhora, cal deixar-los que vagin assumint els seus petits reptes.

Els bessons i els trigèmins amb molta freqüència són prematurs. Avui en dia s'ha augmentat la freqüència de bessons i trigèmins per la freqüència amb què s'apliquen tècniques de reproducció assistida. Si tenir un nen prematur ja altera el ritme d'una família, si són dos nens prematurs o tres i, més encara, si són molt prematurs, es poden produir situacions molt crítiques pel cansament i l'estrès que això suposa. Per això és molt important buscar suports en familiars o amics. La càrrega de treball serà molt important i és més suportable si es compta amb ajuda.

Les dones que han tingut un nen prematur tenen més risc de tenir altres fills prematurs però la valoració del risc en cada situació l'ha de fer el ginecòleg que serà qui donarà una informació més precisa. Les dones que van ser prematures també tenen més risc de tenir fills prematurs.

Punts a destacar

- Es diu que un nen és prematur quan neix abans de la 37 setmana de gestació, però no tots els nens prematurs són iguals.
- Els nens prematurs acaben la seva maduració en un ambient diferent i per tant el seu desenvolupament té certes característiques particulars.
- L'edat corregida és més important que l'edat real. El seu desenvolupament i el seu creixement es valorarà en funció de l'edat corregida que és l'edat que tindria el nen si hagués nascut quan li corresponia.
- Tenen dificultat per controlar la temperatura i facilitat per contraure infeccions. Per això, és molt important rentar-se les mans sempre abans de tocar-los.
- La llet materna és el millor aliment per als nens prematurs. Estiguin amb lactància materna o amb llets artificials, en general, necessiten menjar més sovint que els nens que neixen al seu temps i és molt important deixar-los descansar en les preses.
- Els nens prematurs necessiten suplementes de ferro i de vitamina D.
- Aconseguiran seure als sis o set mesos d'edat corregida i caminaran al voltant de l'any d'edat corregida.
- Parlar i explicar històries, des de molt petits, ajudarà el seu desenvolupament.
- A vegades els nens prematurs tenen problemes durant el desenvolupament. Davant de qualsevol problema o dubte, cal consultar al pediatre.
- És molt important que els pares tinguin contacte físic amb el nen prematur, així s'afavorirà la vinculació i, en el cas de la mare, s'augmentarà la producció de llet.
- Les vacunes es posaran seguint l'edat real del nen (no la corregida!) i segons li vagi indicant el seu pediatre.



Figura 1: Mètode cangur: La mare o el pare, nua / o de cintura cap amunt, s'asseurà i es col·locarà al nen, nu o només amb el bolquer, entre els pits. Després es poden cobrir tots dos amb una manta o amb la roba de la mare o el pare.