Bebé prematuro: llegada a casa

Por fin se acerca el día del alta al domicilio del bebé prematuro. Hasta ahora lo ha atendido el equipo de profesionales de Neonatología con la colaboración de los padres, participando en los cuidados del bebé durante el ingreso, pero ahora los padres van a ser los únicos responsables de su cuidado. Es muy importante conocer las necesidades del bebé prematuro, sobre todo de aquellos menores de 32 semanas o menores de 1500g al nacimiento.

¿Cuándo podrá irse a casa?

El personal de neonatología puede ayudar a hacer la transición del hospital a casa. Es probable que el niño pueda ser dado de alta cuando cumpla los siguientes requisitos:

- Mantener la temperatura corporal estando en la cuna (temperatura axilar 36,5-37,4ºC)
- Tener una respiración regular, aunque pueda necesitar un monitor de control respiratorio.
- Tomar la alimentación (pecho o biberón) por succión.
- No necesitar oxígeno (aunque en algunos casos puede irse a casa con él).
- Aumentar de peso los días previos, aproximadamente 20 gramos cada día.

¿Cómo preparar la llegada del niño a casa?

- Son muy importantes los aspectos relacionados con la alimentación, como manejar la lactancia materna en casa y, si toma lactancia artificial, la preparación y administración de los biberones.
- Los padres deben estar habituados a vestir, cambiar los pañales, bañar al bebé y aprender a tomar la temperatura antes del alta.
- Es conveniente consultar sobre las vacunas que ha recibido durante la hospitalización y el calendario de las próximas. El personal de enfermería habrá cumplimentado la cartilla de salud con los lotes de las vacunas administradas.
- Repasar con el médico el informe de alta del bebé, aclarando las dudas y comprobando las citas para las consultas incluidas en el programa del seguimiento. Comprobar que se le han realizado las pruebas metabólicas y de audiciión y, en caso de estar indicado, el examen oftalmológico.
- Se deben conocer las enfermedades que suponen un riesgo para el niño, como las infecciones respiratorias virales, y aprender a prevenirlas con el lavado de manos y evitando el contacto con personas acatarradas.
- Saber qué medicamentos toma el bebé y cómo administrarlos (dosis, horarios) y saber manejar los cuidados especiales que necesite el bebé, como el oxígeno suplementario o el soporte nutricional.
- Solicite información sobre las precauciones en cuanto a seguridad (posiciones para dormir, sillitas para el transporte).
- Es importante conocer los controles y tratamiento futuro y planificar la visita con el Pediatra de Atención Primaria a las 48-72 horas del alta, e informarse sobre la posibilidad de contactar con el Servicio de Neonatología para preguntar acerca del cuidado del niño, si fuera preciso.
- Además de los requisitos médicos, de cara al alta deben recabar información sobre los apoyos sociales disponibles en la comunidad y conocer el servicio de Atención Temprana de la zona, en caso de estar indicado. Además, si el bebé ha nacido muy prematuro debe formar parte de un programa de seguimiento estandarizado al menos hasta la edad escolar (6-7 años).

¿Cómo se comportan los niños prematuros en casa?

En el momento de llegar a casa, a la mayor parte de los niños prematuros todavía les quedará crecimiento por recuperar.

Es posible que no muestre signos claros de que tiene hambre y esté todavía débil y tarde en hacer las tomas. Puede pasar el día entero muy dormido o llorando, cambiando de un estado al otro en pocos segundos. Inicialmente es habitual que resulte difícil comprender el comportamiento del niño. Poco a poco el niño mejorará la capacidad de comunicar sus necesidades.

¿Cómo facilitar la adaptación en casa?

Los bebés prematuros necesitan un poco de tiempo para adaptarse a estar en casa. De cara a evitar la muerte súbita, se recomienda que el bebé duerma boca arriba, evitar el arropamiento excesivo y los objetos blandos en la cuna (peluches y almohadones) y no fumar en el domicilio. Hay que aprovechar los ratos en los que esté despierto para que cambie de postura y escuche la voz de los padres y hermanos, hablarle y cantarle. Tener tiempo libre para jugar y disfrutar con el niño será positivo para su desarrollo.

Artículo publicado el 5-6-2015, revisado por última vez el 23-6-2020

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la Asociación Española de Pediatría, está disponible bajo la licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/llegada-casa-con-bebe-prematuro