

MI BEBÉ HA SIDO PREMATURO Y YA VIENE A CASA ¿QUÉ DEBO HACER?

JIMÉNEZ COBO, BARTOLOMÉ. Jefe de Servicio de Neonatología. Hospital General de Alicante.

Cuando su hijo alcance alrededor de los 2 kg de peso, tenga más de 35 semanas de edad gestacional y se alimente adecuadamente, estará en condiciones de irse a casa.

Los días previos deben dedicarlos a aclarar las dudas respecto a las enfermedades que ha padecido y, supervisados por las enfermeras, asumir el cuidado de su hijo: "hacer para aprender".

Sepan que va a necesitar entre 15 y 20 horas de sueño al día, que aún no tiene aprendido el ritmo noche-día. Acueste al niño boca arriba o de lado en colchón rígido y no lo abrigue en exceso.

Si llora estando recién comido, con el pañal limpio y no tiene fiebre, actúe con calma: abrácelo, háblele despacio y cadenciosamente (el viejo recurso de las nanas). Ahora no se preocupe por un exceso de mimo.

A la hora de alimentarlo mantenga un estrecho contacto visual con él. Le recomendarán, si no ha podido mantener la lactancia materna, una leche especial que ha de mantener, al menos, hasta las 44 semanas de edad postconcepcional. Si le amamanta, recuerde que no hay horario: el ritmo lo marca el niño.

En la primera semana tras darle el alta debe acudir a su pediatra. Llévele el informe de alta. Tomará un complejo vitamínico y unas gotas de hierro; tendrá indicaciones específicas de vacunas. Todo ello, junto con la alimentación, será dirigido por su pediatra.

Algunos prematuros necesitarán ser protegidos en época invernal, en los primeros meses de su vida del Virus Respiratorio Sincitial. Si es el caso, se le indicará qué debe hacer.

Afecto, cariño y amor son fundamentales para el desarrollo psico-emocional de su hijo. Existen algunas técnicas (masaje, estimulación precoz) que pueden ayudarlo. Apréndalas sin angustia; úselas, eligiendo un momento en que el niño esté tranquilo. Son una herramienta más.

Lo importante es crear un entorno socio-afectivo tranquilo y seguro que ayude a la maduración intelectual y emocional de su hijo y haga de él una persona con autoestima, solidaria, responsable y FELIZ.