

Cómo estimular a un bebé prematuro

Elige la técnica que más le conviene

Con frecuencia, los bebés nacidos antes de tiempo necesitan cuidados especiales para ayudarles a alcanzar el nivel de desarrollo de los bebés nacidos a término. La efectividad del tratamiento depende mucho del momento en que se ha iniciado la terapia.



Existen varias técnicas para ayudar a la estimulación de los prematuros. El equipo médico deberá decidir cuál es la más indicada para cada caso y se encargará de explicar a los padres cómo deben realizarlas. Aquí tienes un resumen de las más utilizadas.

Masaje infantil. Es la aplicación de movimientos procedentes de técnicas

de masaje indú, sueco y reflexología. Además de ayudar a mantener el vínculo con los padres, favorece el aumento de peso, mejora la digestión y evita cólicos. El niño tiene que estar en condiciones de recibirlos. Los bebés son muy sensibles al tacto y pueden no tolerar el masaje. Se tiene que aplicar de una forma paulatina y progresiva. No se pueden dar aceites aromáticos.

Tacto terapéutico. Es un masaje «sin contacto», en el que la imposición de manos se produce a 5-10 centímetros del cuerpo del bebé. Se trata de «acariciar» al pequeño pero sin tocarlo. Es ideal para bebés muy pequeños o muy inestables que no soportan otras manipulaciones. Aunque esta técnica puede parecer poco fiable, está refrendada por el Consejo Nacional de Enfermeras de Inglaterra.

Masaje por contención. Se «arropa» al bebé con las manos, tocándolo muy sutilmente. Si lo acepta, se le pueden mecer los pies. La ventaja es que produce en el niño una sensación de cobijo, como en el claustro materno.

Método canguro/piel con piel. Se coloca al bebé desnudo –sólo con el pañal– encima del pecho desnudo de su padre o madre, tapándolo con la ropa del adulto o un arrullo... Ayuda a no romper el vínculo materno-filial. Favorece el aumento de producción de leche materna y contribuye a regular la temperatura y el ritmo cardíaco y respiratorio del niño. Es ideal antes de empezar con el masaje.

Estimulación temprana. Se trata de interactuar con el bebé mediante el tacto, los sonidos y la vista. De esta forma se consigue un refuerzo del vínculo afectivo. Es importante evitar la sobreestimulación. Si no se es prudente, se puede excitar demasiado al pequeño y desestabilizarlo.

Placenta externa/nido/contención. Consiste en imitar el ambiente uterino dentro de la incubadora. Ayuda a que el bebé esté más tranquilo, sobre todo si se dejan sus manos libres para poder llevárselas a la boca.

Incubadora compartida en parto múltiple. Los gemelos comparten la misma incubadora. Así no se rompe el vínculo entre los niños y facilita los cuidados de los papás. No se puede practicar si existe riesgo de infección por parte de alguno de los bebés o si están en estado grave.

Asesoramiento: Anna M. Obradors i Ascón, Enfermera de la unidad de patología neonatal de Hospital General de Catalunya.

Nuria Calle

Artículos relacionados:



En casa con tu bebé prematuro

Por fin, tienes a tu bebé prematuro en casa. Cuídale con todo el amor que sientes por él. Te necesita atenta y paciente. [...]