



nacimientos prematuros

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades Av. Fidel Velázquez No. 805 Col. Vértice C.P. 50150 Tel. (722) 2 193887 Estado de México

bebé prematuro/a

- El estado nutricional de la gestante, establece una protección para riesgos epigenéticos negativos al bebé. Un ejemplo de lo anterior es la carencia de ácido fólico, hierro, vitaminas del complejo B, calcio o vitamina D, cada una de las cuales predisponen a la madre a un embarazo de alto riesgo, infecciones urinarias, hipertensión y diabetes gestacional, y al bebé a malformaciones congénitas, bajo o alto peso, sufrimiento fetal, prematuridad y todas sus consecuencias.
- Un bebé prematuro/a es el/la que nace antes de completar las 37 semanas de gestación. El nacimiento prematuro es mundialmente el principal reto pediátrico y la principal causa de muerte neonatal. Así mismo, es el principal causante de discapacidades de largo plazo tales como retraso mental, parálisis cerebral, problemas de audición, visión y enfermedades pulmonares crónicas. La tasa global de nacimiento prematuro es considerada alta y en aumento, algunos datos relevantes son:
 - En el mundo, cada año nacen más de 15 millones de bebés prematuros/as, de ellos muere casi un millón.
 - Pese a que las y los bebés sobrevivan la etapa inicial, la falta de cuidados médicos especializados hacen que más de 4 millones de

- bebés mueran antes de cumplir los 5 años.
- La información respecto a los nacimientos prematuros: causas, mortalidad, morbilidad y efectos a largo plazo, no llega a las personas interesadas e implicadas, lo que resalta la necesidad de generar conciencia y mayor investigación local, así como la creación de programas y políticas públicas al respecto.
- Los costos directos e indirectos que se requieren para la atención médica y social (educacional y de pérdida de productividad) a corto, mediano y largo plazo en los prematuros son muy altos, e incluso sobrepasan los presupuestos de salud en la mayoría de los países.
- Categorías de bebés prematuros/as:
 - Prematuro/a: antes de completar la semana 37.
 - Prematuro/a moderado/a o tardío/a: entre 32 y menos de 37 semanas.
 - Muy prematuro/a: entre 28 y menos de 32 semanas.
 - Prematuro/a extremo/a: menos de 28 semanas.

Un embarazo saludable requiere de una concepción saludable, considerada esta última como un embarazo programado, con un bienestar biopsicosocial y espiritual de los nuevos padres y madres desde luego, un cuidado temprano de la salud nutricional, metabólica y sistémica de la gestante.

causas del nacimiento prematuro

- Algunos son reversibles y otros son permanentes, también el identificar los factores antes de la concepción o al comienzo del embarazo, para ofrecer un mejor seguimiento y realizar las intervenciones pertinentes, podría ayudar a prevenir que la o el bebé nazca antes de tiempo.
- No en todos los casos se conocen las causas del nacimiento prematuro, algunas frecuentes son:
 - Antecedente de un nacimiento prematuro.
 - Embarazo en edad extrema (antes de los 16 o después de los 35 años)
 - Embarazos múltiples.
 - Infección de vías urinarias.
 - Enfermedades crónicas (p.ej. diabetes).
 - Hipertensión arterial.
 - Peso inadecuado (bajo o alto) antes del embarazo.
 - Abuso de sustancias (tabaco, alcohol, drogas).
 - Ruptura prematura o prolongada de membranas amnióticas.
 - Insuficiencia cervical.

- Inducción del nacimiento prematuro o por cesárea.
- Un factor de riesgo identificable en la consulta ginecoobstétrica es la presencia de infecciones. Muchos consideran que sólo las infecciones urinarias o vaginales pueden provocar un parto prematuro, pero es bien conocido que incluso una enfermedad periodontal o infección bucal con presencia de microorganismos como Bacteroides Forsythus, Porphyromonas Gingivalis o Treponema Denticola, representan un riesgo para parto pretérmino, preeclampsia, restricción del crecimiento del bebé en el útero y peso bajo al nacimiento.
- En consulta, muchas mujeres deportistas o que siguen trabajando durante el embarazo pueden preguntarse si una actividad física extenuante es considerada un riesgo para parto pretérmino. Al respecto, existe mucha controversia, pero hay estudios que comprueban la relación entre mayor riesgo de parto pretérmino y levantar objetos pesados o realizar trabajos que involucren gran esfuerzo físico.



Existen muchos factores de riesgo de parto prematuro.

señales del nacimiento prematuro

- Algunas señales frecuentes en la mujer en el nacimiento prematuro son:
 - Contracciones cada 10 minutos o menos.
 - Cambio en el color del flujo vaginal o sangrado vaginal.
 - Sensación de que la o el bebé está empujando hacia abajo.
 - Dolor en la parte baja de la espalda, cólicos tipo menstrual o dolor de estómago con o sin diarrea.
 - Zumbido de oídos.
 - Dolor fuerte de cabeza (asociado a hipertensión arterial).
 - Fiebre (con infección asociada).
 - Ardor al orinar, orina de color u olor extraño (asociado a infección urinaria).
- La o el bebé puede tener síntomas muy leves de nacimiento prematuro o puede tener complicaciones más evidentes. Algunos signos de nacimiento prematuro son los siguientes:
 - Tamaño pequeño con cabeza desproporcionadamente grande.
 - Apariencia más delgada con rasgos menos redondeados que los

- de un/a bebé que nació a término, debido a la falta de reservas de grasa.
- Cabello fino (lanugo) en casi todo el cuerpo.
- Temperatura corporal baja, en especial, inmediatamente después del nacimiento en la sala de parto debido a la falta de grasa corporal almacenada.
- Respiración fatigosa o dificultad para respirar.
- Falta de reflejos para succionar y tragar, lo que provoca dificultades para alimentarse.
- Si bien no todos los bebés prematuros tienen complicaciones, el nacimiento temprano puede causarles problemas de salud a corto y a largo plazo. Por lo general, cuanto más temprano nace un bebé, más alto es el riesgo de tener complicaciones. El peso al nacer es también muy importante.
- Algunos problemas pueden manifestarse al momento del nacimiento mientras que otros pueden desarrollarse más adelante.

El o la bebé puede tener síntomas muy leves de nacimiento prematuro o puede tener complicaciones más evidentes.

prevención del nacimiento prematuro

- Se puede ayudar a prevenir el nacimiento prematuro con las siguientes acciones:
 - Estrategias de planificación familiar que incluyan periodos adecuados entre un nacimiento y otro, así como la prestación de servicios orientados a adolescentes.
 - Prevención, detección y tratamiento de infecciones de transmisión sexual (ITS), como VIH y sífilis.
 - Promover la educación en salud de niñas y mujeres.
 - Reducir el número de nacimientos inducidos y cesáreas no indicados, especialmente antes de las 38 semanas completas de gestación.
 - Capacitación de prestadores de servicios de salud para que informen mejor a la sociedad y a las pacientes sobre riesgos y prevención del nacimiento prematuro.
 - Promover una nutrición saludable que incluya la fortificación de micronutrientes, y encarar los riesgos de estilos de vida nocivos, como fumar, y riesgos ambientales como la contaminación del aire del interior del hogar.
- Tú como madre puedes hacer lo siguiente:
 - Mantente informada sobre el embarazo y resuelve todas tus dudas con tu médico/a.

- Comienza a tomar ácido fólico por lo menos tres meses antes de embarazarte.
- Antes de embarazarte, realiza cultivos vaginales para detectar infecciones.
- Evita situaciones de estrés.
- No cargues cosas pesadas ni te agaches sin cuidado.
- En los ultrasonidos, pide que revisen detalladamente la implantación del bebé y, cuando sea tiempo, que te midan el cuello del útero.
- Solicita ultrasonidos de segundo nivel a las 17 y a las 24 semanas.
- Si has tenido antes un nacimiento prematuro, pregunta a tu médico/a sobre qué medidas deberías tomar y sobre la progesterona.
- Si tienes menos de 18 o más de 35 años, pregunta a tu médico/a sobre los riesgos específicos.
- Si estás en riesgo de presentar nacimiento prematuro, investiga, antes del nacimiento, cuál es el hospital mejor preparado para tu situación y quién será el/la ginecóloga/o, perinatóloga/o y neonatólogo/a que atenderá el nacimiento.
- Evita riesgos durante el embarazo: usa ropa cómoda, trata de no manejar, aliméntate sanamente y toma suficiente agua.

La salud reproductiva, el embarazo y el nacimiento son puntos críticos de oportunidad para brindar intervenciones eficaces tendientes a mejorar la salud materna y reducir la mortalidad y la discapacidad debido a los nacimientos prematuros.

nacimiento prematuro en México

- Las y los bebés que nacen antes de las 37 semanas de gestación no están totalmente preparados/as para la vida fuera del vientre materno. Pueden tener bajo peso, perder calor con más facilidad, requerir ayuda para alimentarse o tener dificultades respiratorias y ser susceptibles a infecciones.
- De acuerdo con el Instituto Mexicano del Seguro Social, durante 2017 se registraron 425 mil 516 nacimientos en sus clínicas y hospitales, de cuales 41 mil 664 fueron nacimientos prematuros, es decir el 9.8% nacieron antes de las 37 semanas de gestación.
- De acuerdo a datos de la Dirección General en Sistemas de Información, en el 2017 en México nacieron 2,059,158 niños y niñas, de los cuales 25,398 presentaron con trastornos relacionados con la duración de la gestación y crecimiento fetal. En el Estado de México nacieron 258,101 niños y niñas, de los cuales presentaron 590 presentaron trastornos relacionados con la duración de la gestación y crecimiento fetal.
- La NOM-007-SSA2-1993, Atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio y del recién nacido. Criterios y procedimientos para la prestación del servicio, establece los criterios para atender y vigilar

- la salud de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio y la atención de la y el recién nacido normales.
- Los procedimientos preventivos deben incluir, la orientación a la mujer embarazada para la prevención y para identificar los signos de alarma y buscar la atención médica oportuna. Para detectar el bajo peso al nacer, se debe realizar periódica y sistemáticamente el seguimiento de la altura del fondo del útero de acuerdo al APENDICE A (Normativo). El manejo de la prematuridad, implica el diagnóstico y el tratamiento oportunos de la amenaza de parto prematuro, así como de la aceleración de la biosíntesis de los factores tensioactivos del pulmón fetal y el manejo adecuado de la o el recién nacido prematuro.
- El Estado de México cuenta con el programa de Recolección de Leche Humana, lo que ha permitido al Banco de Leche de dicha unidad médica incrementar la reserva de este alimento y garantizar la atención a bebés prematuros/as y con complicaciones de salud
- En lo que va de 2019, un total de mil 589 litros de este alimento han sido recaudados, analizados, pasteurizados, congelados y conservados en el Banco de Leche del nosocomio, de los cuales, cerca del 10 por ciento corresponden a este proyecto.

A nivel mundial, se estima que anualmente nacen alrededor de 15 millones de niños y niñas prematuros; 60% de ellos y ellas, en África subsahariana y en Asia meridional. En México, cada año se registran más de 200 mil nacimientos prematuros.



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/
correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

