

## Hechos sobre nacimientos prematuros

### Nacimientos Prematuros:

- Un nacimiento que ocurre antes de 37 semanas completas de embarazo
- Un embarazo de término completo dura aproximadamente **40 semanas**, más de nueve meses

### Nacimiento de Término Temprano:

- Un nacimiento a 37 y 38 semanas
- Los bebés que nacen por cesárea programada o inducción a 37 y 38 semanas pueden no estar listos y son más propensos a tener problemas después de nacer. Estos pueden incluir:
  - Problemas para respirar
  - Dificultades para comer
  - Problemas para mantenerse caliente
  - Bajo nivel de azúcar en la sangre
- Los bebés con estos problemas pueden necesitar ser atendidos en una guardería especial y pueden ser separados de sus madres y familias.



**Si decide programar el nacimiento de su bebé, a menos que haiga una razón médica para dar a luz antes de tiempo, espere hasta que usted cumpla por lo menos 39 semanas.**

### ¿Quién está en riesgo parto prematuro ?

#### Tres grupos de mujeres tienen el riesgo más alto para nacimiento prematuro:

- Mujeres que han tenido un bebé prematuro antes
- Mujeres embarazadas con gemelos, trillizos o mas
- Mujeres con algunas anomalías del útero o cervix

#### Algunas condiciones médicas pueden aumentar el riesgo de nacimiento prematuro:

- Alta presión
- Infecciones
- Diabetes
- Corto tiempo entre embarazos
- Obesidad

## La manera como vive puede aumentar el riesgo para nacimiento prematuro:

- Fumar
- Tomar Alcohol
- Usar drogas ilegales
- Tomar algunas medicinas
- No consultar a un médico durante el embarazo
- Violencia domestica
- Falta de apoyo comunitario y familiar
- Alto estrés
- Largas horas de trabajo o largos períodos de pie



## ¿Cuáles son las complicaciones médicas más comunes en bebés prematuros, esos bebés nacidos antes de 37 semanas?

- Los bebés que nacen demasiado pronto pueden tener problemas con la respiración, sangrado en el cerebro, problemas cardíacos, problemas estomacales y otros problemas.
- Los Bebés prematuros no han terminado de desarrollarse cuando nacen. Esto es cierto para dentro y fuera de sus cuerpos.
- Las últimas semanas de embarazo son muy importantes para el desarrollo del cerebro
- Los bebés que nacen antes de tiempo pueden tener más problemas de aprendizaje y comportamiento que los bebés nacidos a las 40 semanas .
- Los bebés prematuros son más propensos a tener parálisis cerebral, retraso mental y problemas de visión y audición que los bebés nacidos a las 40

semanas.

## ¿Cuáles son los costos de nacimientos prematuros en los EE.UU.?

- Los costos para un bebé prematuro son casi 11 veces tan altos como los costos de un bebé sano de término completo.
- Los costos para los empleadores cuando una mujer da a luz a un bebé prematuro pueden ser casi el doble que para una madre que da a luz a un bebé sano y a término.
- Con un bebé prematuro, el costo emocional de la familia, el hospital y los costos de salud pueden ser altos

## ¿Qué se puede hacer para prevenir un nacimiento prematuro?

Algunas causas de nacimiento prematuro no pueden ser cambiadas, pero mujeres que están saludables durante el embarazo son más propensas a tener un bebé saludable. Una mujer puede:

- Planear embarazos, estar sana y consultar con un médico antes de quedar embarazada
- Consultar un doctor o enfermera antes de 10-12 semanas y mantener todas las citas
- Dejar de fumar, tomar alcohol y drogas ilegales, manténgase alejada cuando otros están fumando
- Tomar vitaminas
- Comer saludable – muchas frutas y vegetales. Evitar mucha azúcar y grasa
- Mantener un peso saludable antes y durante embarazo
- Conocer las señales del parto prematuro
- Si programa el nacimiento de su bebé, espere hasta que tenga 39 semanas a menos que haiga una razón médica para dar a luz antes de tiempo

Información de the March of Dimes and the Institute of Medicine. Preterm Birth: Causes, Consequences, and Prevention. National Academy Press: Washington, D.C., 2006.

**CADA DÍA HACE UNA DIFERENCIA  
EN EL DESARROLLO DEL BEBÉ**

Para hechos sobre nacimiento prematuro: visite [www.marchofdimes.com/mission/prematurity.html](http://www.marchofdimes.com/mission/prematurity.html)

## LLEGUE, LLAME O VISITE NUESTRO SITIO WEB

Preparing for a Lifetime, It's Everyone's Responsibility  
<http://iio.health.ok.gov>

**Maternal and Child Health Service -  
Oklahoma State Department of Health**  
1000 Northeast Tenth Street, Oklahoma City, OK 73117-1299  
Phone 405-271-4480 Fax 405-271-2994



The Oklahoma State Department of Health (OSDH) is an equal opportunity employer. This publication, issued by the OSDH, was authorized by Terry L Cline, PhD, Commissioner of Health. 100 copies were printed by Docutech in 2016 at a cost of \$30. Copies have been deposited with the Publications Clearinghouse of the Oklahoma Department of Libraries. Funding provided by the Title V Maternal and Child Health Block Grant, Maternal and Child Health Bureau, Department of Health and Human Services. Graphic Design: Brenda Mangum

