# Cuidados para el desarrollo: Información para los padres

Por ser prematuro, su bebé necesita cuidados y atención especiales. Mientras el bebé esté en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (UCIN), el personal tratará de crear un entorno seguro, apacible y parecido al que el bebé disfrutaba en el útero, en vez del entorno ruidoso y ajetreado de un hospital. Lo harán manteniendo las luces tenues, usando una voz suave y colocando a su bebé en una posición de cuna dentro de la incubadora. Las luces brillantes y los ruidos fuertes pueden molestar al bebé, especialmente si es muy prematuro o está muy enfermo.

El personal tendrá mucha delicadeza con su bebé. Esto se debe a que la piel de un bebé prematuro puede ser muy frágil y sensible al tacto. También puede descubrir que su bebé necesita que lo carguen o lo coloquen en cierta posición para estar tranquilo y cómodo. Aprender ahora cuál es la mejor manera de cuidar de su bebé puede servirle para su crecimiento y futuro desarrollo.

Los bebés prematuros y enfermos duermen la mayor parte del tiempo. Es mejor evitar despertarlos, porque necesitan dormir para crecer y recuperarse. Conforme los bebés se aproximan a la edad correcta de gestación y se vuelven cada vez más fuertes, podrán mantenerse despiertos por más tiempo. Los bebés prematuros y enfermos son muy sensibles a la sobreestimulación. Trate de enfocarse en uno de los sentidos del bebé a la vez. Por ejemplo, tóquelo y luego háblele, pero no haga ambas cosas al mismo tiempo.

Los bebés desarrollan el sentido del tacto tempranamente, por lo tanto pueden ser muy sensibles. Pídale a la enfermera de su bebé que le ayude a usar el tacto de manera positiva. Esto podría incluir:

* usar un toque firme y constante, pero suave; un toque hacia adelante y atrás, como si estuviera acariciándolo o dándole un masaje puede ser demasiado para un bebé prematuro
* colocar suavemente una mano debajo de la cabeza del bebé y la otra en las plantas de los pies para ponerlo en posición fetal
* tener contacto piel con piel (llamado también *cuidado canguro*) tan pronto como su bebé esté listo, y colocar el dedo en la mano de su bebé para que pueda agarrarlo.

Mientras están en el útero, los bebés usan los sentidos del gusto y el olfato para saber quiénes son sus padres. Ellos siguen usando estos sentidos para continuar conociéndolos mientras están en la UCIN. Asegúrese de no usar perfumes ni cremas perfumadas. Algunas madres pueden colocar una prenda con olor a su leche materna dentro de la incubadora. Este olor es exclusivo y propio de la madre, y puede ayudar a crear un lazo y que el bebé se conecte con usted.

Con el tiempo, usted también aprenderá a leer las señales de su bebé. Las *señales* son cosas que su bebé hace que le indican lo que está sintiendo. Pídales a las enfermeras de la UCIN que le enseñen a entender lo que su bebé quiere decir por la forma en que actúa. Aprender a leer las señales de su bebé le ayudará a cuidarlo cuando lo lleve a su hogar. Por ejemplo, aprenderá la diferencia entre el llanto de enojo y el llanto de hambre. Además, cuando le ponga el chupete o chupón, sabrá si no le gusta o necesita que se lo sostengan en la boca. Con el tiempo, usted será la persona experta y sabrá lo que su bebé necesita para crecer y desarrollarse.

