

*“Cuando vienen dos bebés o más, el trabajo para la madre y el padre se multiplica, pero las alegrías también.”*

**DIRECCIÓN DE  
SERVICIOS TÉCNICOS Y  
MÉDICOS  
I.P.H.E.**

**DEPARTAMENTO DE  
FISIOTERAPIA**

**Licda. Edith Nikalella Bozzi A.  
Fisioterapeuta**

## GUÍA PARA MADRES CON EMBARAZO GEMELAR, RESALTANDO LA IMPORTANCIA DE LA FISIOTERAPIA EN LA PREVENCIÓN DE RIESGOS NEUROMOTORES EN SUS BEBÉS CON PREMATURIDAD.

El motivo de este escrito es dar a conocer a las futuras y presentes madres de gemelos la importancia de la intervención temprana en fisioterapia a sus bebés prematuros, previniendo factores de riesgo y vigilancia de su desarrollo psicomotor a lo largo de sus primeros años de vida.

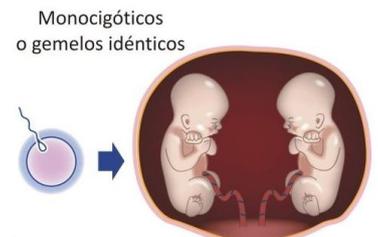
Los embarazos gemelares o múltiples se definen como el desarrollo simultáneo en el útero de dos o más fetos.

Los embarazos gemelares se dan de manera espontánea o intencional, de ambas formas es inesperado y lleno de emoción y muchas dudas tanto para los padres como a los familiares.

Los controles con tus especialistas cada mes o cada 2 a 3 semanas son importantes para el seguimiento y chequeo constante, no te preocupes futura mamá, el tiempo de cada chequeo depende individualmente de la evolución de tu embarazo.

Los gemelos se dan frecuentemente por dos tipos de fecundación:

- **Monocigóticos:** son gemelos idénticos con la fecundación de un óvulo y un espermatozoide, desarrollándose en una sola bolsa amniótica y alimentándose de una sola placenta. Sus sexos pueden ser ambos niños o ambas niñas



- **Dicigóticos:** son los denominados mellizos no idénticos es el resultado de la fecundación de dos óvulos y dos espermatozoides, dos bolsas amnióticas y dos placentas. Sus sexos pueden ser con la variable anterior, niño y niña.



Los **factores de Riesgo** más frecuentes que se den en el embarazo en comparación a un embarazo único son:

- Partos prematuros
- Recién nacidos de bajo peso
- Preeclampsia
- Diabetes gestacional

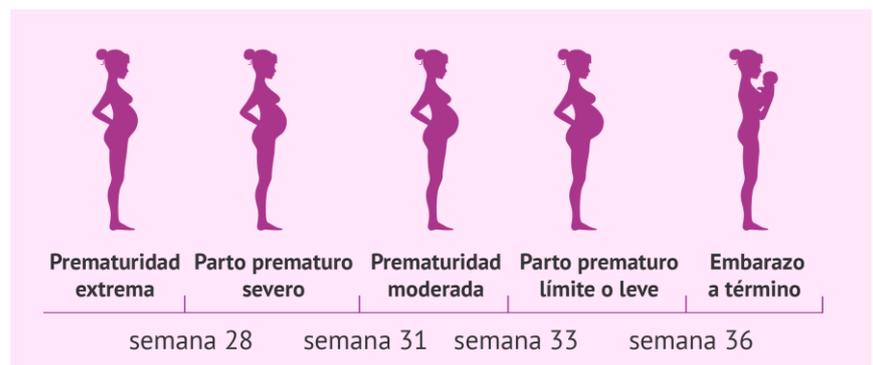
El Día Mundial de la Prematuridad, el **17 de noviembre**, es uno de los días más importantes del año para crear conciencia sobre los desafíos y la carga del parto prematuro a nivel mundial. El día fue iniciado por Normas Europeas de Atención a la salud del Recién Nacido (EFCNI) y las organizaciones asociadas europeas en 2008.



Un embarazo típico de un solo bebé dura aproximadamente **40 semanas**, mientras que un embarazo de gemelos suele durar entre **35 y 37 semanas**. Más de la mitad de los gemelos nacen de forma prematura (**antes de las 37 semanas de gestación**) y el riesgo de parto prematuro aumenta en los partos con un número mayor de bebés.

En los bebés **prematuros** su riesgo de maduración aumenta con su grado de prematuridad. Puesto que el cuidado que necesitan los bebés prematuros es muy distinto al que necesitan los bebés nacidos a término, los bebés prematuros suelen tener que ingresar en una unidad de cuidados intensivos neonatales después del parto.

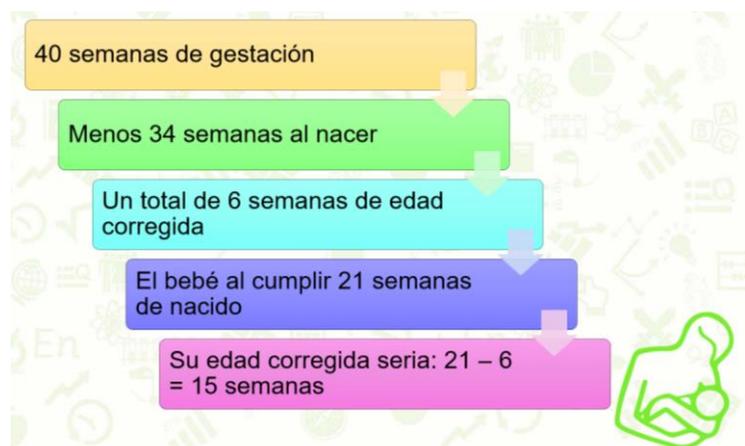
La prematuridad se clasifica según las semanas de gestación:



Con la prematuridad de un bebe se toma en consideración la edad gestacional a **Edad Corregida**.

**Edad Corregida** es la edad que tendría él bebe si hubiera nacido a las 40 semanas de gestación, se "ajusta" la maduración del bebe según la intensidad de su prematuridad.

Como calcular la edad corregida:



### ¿Por qué la edad corregida es importante?

Es importante para poder valorar apropiadamente la evolución del desarrollo neurológico y físico, el desarrollo de un bebe a término no puede compararse a un bebé pretérmino, al menos hasta los 2 años de nacido, durante este tiempo el niño va madurando despacio y va a recuperando el tiempo que le falta para llegar a su término.

“Cada documento entregado como referencia a los especialistas es importante tramitarlas lo más pronto posible, para iniciar con las intervenciones que requieren los bebés “

## Antes de salir del hospital

Tras el alta del hospital en la sala de neonatología la enfermera de sala le entregará a la madre una serie de documentos para el seguimiento clínico de los bebés, no todos los hospitales tienen el mismo protocolo, pero si siguen algunos de los siguientes pasos:

- **Referencia a policlínica o Centro de Salud, con copia de epicrisis** (la epicrisis es el resumen de todo lo que se le realizó al bebé mientras estuvo en la sala de neonatología).
- Tarjeta de vacunas
- **Resumen clínico por el Médico de la sala de Neonatología, con más de 15 días de hospitalización** (este se entrega solo si el bebé paso más de 15 días en sala).
- **Referencias a oftalmología** (se entrega por la exposición a la fototerapia que recibió el bebé)
- **Referencias a otras especialidades** (fisioterapia, estimulación temprana, alto riesgo, fisiatría, neurología, dependiendo de estado del bebé)
- Citas para toma de tamizajes: neonatal, auditivo y cardiaco.
- Copia de informes de estudios: ultrasonido, CAT, RM, otros.
- Placas de RAYOS X, CAT, Resonancias Magnéticas, Ultrasonidos, y otros.
- Entrega de recetas de medicamentos, si lo requieren.
- **Evolución de alimentación, horario y cantidad que el bebé requiere.** (poco a poco el bebé tendrá su propia demanda en horario y cantidad ya sea fórmula o pecho).
- **Tabla de control de Crecimiento y Desarrollo de 0 a 5 años** (esta es una guía sencilla de edad y especialista que debes llevar a los bebés en el centro de salud más cercano).

En muchas ocasiones, aunque los bebés nacieron el mismo día y con pocos minutos de diferencia, sus evoluciones en la sala de neonatología serán diferentes, uno de los bebés puede pasar más tiempo en las diferentes subestaciones de la sala, con diferentes intervenciones según las necesidades de cada uno, todo esto se reflejará en la entrega de la documentación y en cada visita a sala, el neonatólogo de turno les dirá la condición de los bebés.

Hay que tener en cuenta que, según la condición de la madre, la misma puede salir antes o después que los bebés de alta del hospital.

Con la documentación entregada inicia los seguimientos, es imperativo que las citas a cada uno de los especialistas sea lo más pronto posible. En la tabla de control de crecimiento y desarrollo te indicará que la primera cita es a los 7 días con el pediatra.



## Intervención Fisioterapéutica

Dentro de la atención en salud, **el fisioterapeuta** juega un papel importante, para poder evaluar y tratar a aquellos niños que están en riesgo de sufrir algún tipo de alteración o disfunción del desarrollo.

Los fisioterapeutas a menudo suelen ser los primeros evaluadores en identificar en forma temprana y brindar un tratamiento a estos niños en riesgo.

Se debe considerar la importancia del diagnóstico en fisioterapia pediátrica en aquellos niños con cualquier tipo de disfunción motriz o neurológica, para poder implementar cuanto antes el tipo de intervención más adecuada, potenciando así los efectos de una intervención temprana y mejorando la evolución del niño.

En la mayoría de las ocasiones estas valoraciones se dan en la sala de neonatología en los centros de salud y/o en programas de desarrollo infantil con presencia de personal de fisioterapia.

La intervención fisioterapéutica oportuna permitirá que tempranamente se pueda potenciar las capacidades neuromotoras y sensoriales de los niños, aprovechando la plasticidad cerebral de éstos, y permitiendo evitar alteraciones en su Neurodesarrollo.

El primer año de vida de un niño es un periodo crítico en el desarrollo cerebral. El proceso de diferenciación neural, el cual incluye la formación de las dendritas y axones, además de la producción de neurotransmisores y sinapsis, está especialmente activo en pocos meses antes y después del nacimiento.

**El fisioterapeuta**, identificará los factores de riesgo, y realizará una evaluación que incluye las respuestas reflejas, motoras, sensoriales y sociales en base a la edad corregida de los bebés, ya que no es lo mismo las respuestas esperadas de un bebé a término que de un prematuro.

La baja edad gestacional o el bajo peso al nacer son los principales factores de riesgo para sufrir un retraso o alteraciones del desarrollo.



El fisioterapeuta le orientará para crear un espacio adecuado para trabajar en casa con su bebé, especialmente en el piso, ejercicios, técnicas, postura, movilizaciones y estímulos sensoriales y los juguetes adecuados para cada etapa de desarrollo.

En los Programas de los servicios de salud, como es el Programa de Desarrollo Infantil o **Crecimiento Y Desarrollo**, se le entregará, en la primera cita, una libreta Guía: **LIBRETA DEL NIÑO Y LA NIÑA**. Esta enumera hitos importantes del desarrollo



**Nota:** En caso de que, al salir del hospital, no se le entregue referencia para Estimulación Temprana y Fisioterapia, puede solicitarla a su Pediatra, una vez que asista a la primera cita.

## CONSEJOS IMPORTANTES

- En cada cita con los especialistas llevar todos los documentos, cédula, laboratorios, referencias.
- La **LIBRETA DEL NIÑO Y LA NIÑA**. Son una guía importante de para usted y el profesional de salud.
- En la Primera cita en fisioterapia, los bebés serán evaluados en forma individual, llevarlos vestidos cómodos y fácil de desvestir para su mejor exploración.
- Debe llegar a las citas 30 minutos antes de la hora establecida, reportarse con la secretaria.
- Es necesario que la madre acuda con sus bebés, en la primera cita, ya que se requiere conocer información del embarazo.

(logros) del crecimiento del bebé para cada etapa. Es importante recordar que el desarrollo no es una competencia.

Los bebés se desarrollan a su propio ritmo. Algunos niños no alcanzan los hitos al mismo tiempo a pesar de haber nacido el mismo día o con pocos minutos de diferencia.

A continuación, enumeramos algunos hitos que le ayudarán a vigilar el desarrollo motor del bebé:

### A los 0 A 3 meses

- Sostiene la cabeza
- Juega con sus manos
- Responde con balbuceos cuando le hablan
- Fija la mirada y sigue rostros
- Emite sonidos y sonrío.

### A los 3 a 6 meses

- Toma objetos, intenta alcanzarlos y llevarlos a la boca
- Puede localizar e imitar sonidos
- Realiza giros
- Empieza a sentarse sin apoyo
- Reconoce personas

### A los 6 a 9 meses

- Pasa objetos de una mano a otra
- Se sienta solo
- Gatea
- Estira los brazos para alcanzar objetos
- No le agradan los extraños

### A los 9 a 12 meses

- Mete y saca objetos de una caja
- Repite palabras simples
- Camina con apoyo
- Disfruta los juegos de escondidas
- Se sienta y se levanta sin ayuda

### 1 a 2 años

- Camina y corre
- Abre y cierra frascos
- Reconoce objetos
- Obedece 2 órdenes

