

---

# ¿Qué es la apnea del prematuro?

Los bebés que nacen antes de tiempo (prematuros) suelen tener problemas de salud, como la apnea. La apnea es cuando el bebé deja de respirar durante un momento (más de 15 segundos). También es posible que disminuya la frecuencia cardíaca y el nivel de oxígeno en la sangre.

## Causas de la apnea en el bebé prematuro

La causa principal de la apnea es la falta de madurez del sistema nervioso. El cerebro y los reflejos del bebé prematuro no están desarrollados por completo. Por eso es posible que el bebé no tenga el reflejo de respirar cuando el nivel de oxígeno en la sangre es demasiado bajo. También es más probable que las vías respiratorias de los bebés prematuros se obstruyan cuando se doblan la cabeza y el cuello o cuando están en posición erguida, como sucede en un asiento para el automóvil.

Muchos factores pueden agravar la apnea, como la fatiga. La respiración implica un gran esfuerzo, y los músculos de los bebés prematuros aún no están desarrollados por completo. Puede ser también que el bebé se canse cuando lo alimentan. O quizás tenga inmadurez para alimentarse. Esto es cuando el bebé deja de respirar porque todavía no ha aprendido a coordinar la succión, la deglución y la respiración. Además, otros problemas como infecciones o una enfermedad también pueden agravar la apnea.

## ¿Cómo se trata la apnea?

El bebé con apnea podría necesitar uno o varios de estos tratamientos:

- Estimulación suave. Frotar la espalda o los pies del bebé o darle palmaditas suaves en la piel le estimula el sistema nervioso. Puede hacer que empiece a respirar de nuevo.
- Medicamentos. El personal del hospital puede administrar cafeína para estimular la respiración del bebé.
- Presión positiva continua de las vías respiratorias (CPAP, por su sigla en inglés) o cánulas nasales (clavijas en la nariz). Estos métodos suministran un flujo suave y continuo de aire a las vías respiratorias del bebé. Facilitan la respiración. Puede usarse también para administrarle oxígeno adicional si es necesario.
- Respirador. Esta máquina lo ayuda a respirar. Le da al bebé aire, oxígeno o ambos a través de un tubo que va directamente a la tráquea.

Tratar otros problemas, como una infección, también puede ser útil.

## ¿Qué pasa si mi bebé deja de respirar?

Mientras esté en la unidad de cuidados intensivos neonatales (UCIN), su bebé estará en vigilancia constante. Si el bebé no respira durante una cantidad determinada de segundos, la alarma se dispara. El personal de la UCIN revisará a su bebé. Si el bebé no está respirando, el personal tomará medidas para reiniciar la respiración, como el uso de oxígeno. Esto se hace muy rápido para evitarle cualquier daño a su bebé.

---

## ¿Cuáles son los efectos a largo plazo?

La apnea del prematuro desaparece a medida que el bebé crece. Una vez que se supera, no hay efectos a largo plazo. La mayoría de los niños superan la apnea cuando se les da de alta de la UCIN. Algunos bebés se llevan al hogar un monitor o medicamento con cafeína cuando les dan el alta de la UCIN. Los bebés que sufrieron apnea no son más propensos al síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL) más adelante.