

# ESTRES NEONATAL EN UCIN

## INTRODUCCIÓN

Definimos estrés como un proceso biológico y psicológico que se origina ante exigencias y requerimientos internos o externos al organismo, frente a los cuales no tiene información para una respuesta acorde, e impulsa un mecanismo de ajuste.

Existe evidencia clínica de los efectos adversos que provoca el estrés en los RN internados en UCIN y en particular en los bebés prematuros ya que al no estar preparados para la vida extrauterina, su respuesta a los estímulos frecuentemente es inmadura, desorganizada e inefectiva, más que adaptativa, pudiendo verse afectados negativamente a sus cerebros en desarrollo, lo que lleva a cambios permanentes en la percepción neuroanatómica del dolor, hipertensión o hipotensión, excitabilidad, somnolencia, irritación, cambios de humor, problemas de aprendizaje y cambios neuroconductuales (a largo plazo).

Objetivos:

- Adecuar las intervenciones de enfermería para la disminución de estrés del recién nacido prematuro mediante el control del entorno físico en la UCIN.
- Aprender a identificar los signos y síntomas principales que favorecen el aumento de los niveles estresantes en los RN ingresados en UCIN



## MÉTODO

Se ha realizado una revisión bibliográfica en diferentes bases de datos (Science direct, PubMed, Scielo, Medline, google academic) empleando descriptores MESH unidos a operadores booleanos "AND" y "OR" con los criterios de inclusión siguientes: últimos 5 años, idioma español o inglés, acceso libre y gratuito, neonatos y con las palabras clave "UCIN" "recién nacido", "prematuro", "estrés", "estrategias".

## RESULTADO

Existen varios estudios, que evidencian el impacto adverso del estrés en el neonato, sobre todo en el bebé prematuro, por lo que todos los estímulos (sonoros, luminosos y táctiles) deben presentarse adecuadamente en frecuencia, duración, intensidad y otros, porque tanto la hiperestimulación, la estimulación fluctuante, la estimulación a destiempo o su ausencia puede resultar negativo para el correcto funcionamiento de los sistemas funcionales.

Los profesionales sanitarios que desarrollan su actividad en las UCIN, debe estar entrenados y formados en la identificación de todos estos signos y síntomas y deben disminuir o eliminar al máximo los factores estresantes.

### INDICADORES DE ESTRÉS EN EL RECIÉN NACIDO

Dificultad en la coordinación respiración-succión-deglución. Regurgitaciones, vómitos

Llanto incontrolable, dificultad para dormir.

Fisiológicos: alteración en la FC, (FR) y (SaO<sub>2</sub>), hiper y/o hipoglucemia

Cambios en la coloración de la piel, dedos separados "en abanico", suspiros, bostezos,

Trastornos del desarrollo: alineación corporal alterada, aumento del tono muscular, actividad motora excesiva...

### MEDIDAS PARA CONTROL DEL ESTRÉS

#### 1. MEDIDAS AMBIENTALES

- Control de estímulos lumínicos: cubrir las incubadoras con cobertores acolchados, ventanas con cortinas/estores para control de la entrada de luz, correcta ubicación de la incubadora.
- Control de los estímulos sonoros: moderar la actividad que se desarrolla alrededor de la incubadora. Se recomienda un nivel máximo de sonido de 45 decibelios en toda la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales.



#### 2. MEDIDAS SOBRE EL RN

- Disminución y agrupación de las manipulaciones.
- Posturas adecuadas en flexión, facilitadoras de la línea media, rollos para contener en flexión, colchones de gel.
- Reducción de maniobras dolorosas.
- Humanización del ambiente: diferenciación entre día y noche.



#### 3. CUIDADOS SOBRE LA UNIDAD FAMILIAR

- La participación activa de padres y familiares en UCIN: aprender a reconocer cuándo relacionarse con RN
- Contacto madre-bebé prolongado
- Fomentar la participación de los padres en el cuidado del bebé



## CONCLUSIONES

Las intervenciones con RN de Alto Riesgo no son normas fijas. Es imprescindible como profesionales, tener capacidad de adaptación y adecuación a cada bebé y a cada momento.

La observación y evaluación de los cambios fisiológicos permitirá desarrollar estrategias antes, durante y después de la intervención de Enfermería, hasta que el neonato prematuro alcance el estado deseado de estabilidad para el procedimiento o intervención. La forma en que el neonato prematuro reacciona a las intervenciones de Enfermería la guiará hacia un cuidado de calidad dirigido a proteger el desarrollo integral.

## BIBLIOGRAFÍA

- (S/f-b). Redalyc.org. Recuperado el 16 de septiembre de 2024, de <https://www.redalyc.org/pdf/912/91223306.pdf>
- (S/f-c). Nidcap.org. Recuperado el 16 de septiembre de 2024, de <https://nidcap.org/wp-content/uploads/2013/11/Guia-del-programa-both-parts-rev15Jun12-sk.pdf>
- Barra C., L., Marín P., A., & Coó, S. (2021). Cuidados del desarrollo en recién nacidos prematuros: fundamentos y características principales. Andes pediátrica: revista Chilena de pediatría, 92(1), 131. <https://doi.org/10.32641/andespediatr.v92i1.2695>