NOVIEMBRE 2022, NÚMERO 5

Bump2Baby and Me

Boletín de las Participantes

¡Las visitas finales del Estudio IDB2B ya han comenzado!

EN ESTE NÚMERO

Enfoque en nuestras participantes

Consejos para desarrollar las habilidades de comunicación de tu bebé

Creando un ambiente seguro para tu bebé

5 datos sobre el subestudio de la leche materna de Dublín

¡Bienvenidas a nuestro quinto boletín! El Estudio ha comenzado ya las visitas finales de 12 meses en todas las sedes, lo cual es un gran hito del proyecto. Estas visitas son fundamentales para comprender si el estudio funcionó o no, y si fue útil para las madres. ¡Sabemos que estáis muy ocupadas en este momento, y apreciamos sinceramente vuestra colaboración para venir a la visita con vuestro bebé!

En este número, nos complace compartir algunos resultados interesantes y muy recientes, sobre quién participó en el estudio porque hemos finalizado los conjuntos de datos básicos de referencia, embarazo y nacimiento. Otras áreas incluidas en este número versan sobre crear un ambiente seguro en tu hogar para el bebé, el subestudio de la leche materna de Dublín, y un artículo sobre el desarrollo de las habilidades de comunicación de tu bebé. Esperamos que lo encuentres interesante y útil.

Esperamos volver a veros en la visita final y os agradecemos a todas vuestra participación. ¡Toda la información nos ayuda y esperamos que ayude a otras mujeres y bebés en el futuro!

Profesor Asociado Sharleen O'Reilly,
Líder del Proyecto

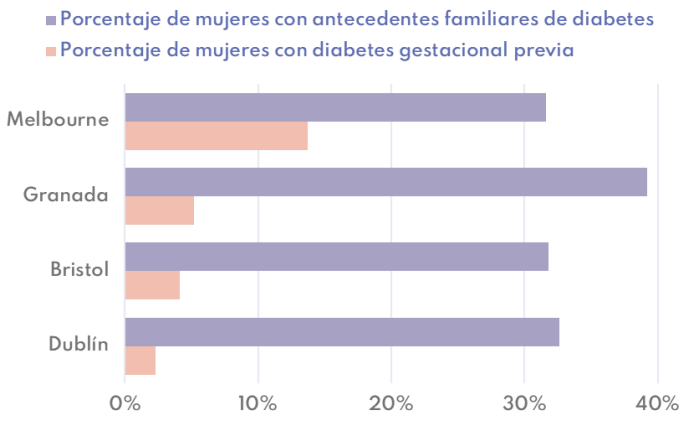
Enfoque en nuestras participantes

Recientemente finalizamos la recopilación de los datos básicos de referencia, embarazo y parto del Estudio. Esto significa que podemos analizar la información sobre las madres y los bebés de nuestro Estudio en todas nuestras sedes. Por ejemplo, ¿cuántas mujeres participan?

865 mujeres aceptaron participar en el estudio Bump2Baby and Me: 221 en Dublín, 220 en Bristol, 212 en Granada y 212 en Melbourne.

La edad promedio de las mujeres que participaron es de 35 años, aunque la edad varía entre las sedes. Las mujeres en Granada tenían la edad promedio más alta (36,7 años) y en Melbourne eran las más jóvenes (33,8 años). Irlanda y Bristol estaban en el medio, con 35,5 y 34,3 años, respectivamente.

También hemos calculado cuántas mujeres tenían antecedentes de diabetes gestacional. Esto mostró algunas diferencias significativas entre las sedes, siendo Melbourne el que tiene el porcentaje más alto con un 13,7 %, y Dublín el más bajo con un 2,3 %. Además, el número de mujeres con antecedentes familiares de diabetes no era tan diferente. Granada tiene el porcentaje más alto con un 39,2%, y las otras sedes fueron más o menos iguales.



Hay porcentajes similares de madres primerizas, pero el número de hijos anteriores varió entre las sedes. Los participantes de Dublín tenían entre 0 y 9 hijos, los participantes de Granada tenían entre 0 y 7 hijos, los participantes de Melbourne tenían entre 0 y 5 hijos, y los participantes de Bristol tenían entre 0 y 4 hijos. Nacieron más niños en Dublín, Granada y Melbourne, mientras que Bristol tuvo más niñas.

En la siguiente figura, mostramos los pesos al nacer más bajo, promedio y más alto en cada sitio, la longitud promedio al nacer y el promedio de semanas de gestación.

Dublín

37% Madres primerizas

Los participantes tenían entre 0 y 9 hijos más

Duración de la Gestación (promedio): **39 weeks**

Sexo al nacer: 51% 49%

Peso al nacer (más bajo, promedio, más alto): 0.5kg **3.4kg** 4.8kg

Longitud al nacer (promedio): **50.2cm**

Bristol

39% Madres primerizas

Los participantes tenían entre 0 y 4 hijos más

Duración de la Gestación (promedio): **38.8 weeks**

Sexo al nacer: 53% 47%

Peso al nacer (más bajo, promedio, más alto): 0.8kg **3.4kg** 4.6kg

Longitud al nacer (promedio): **50.2cm**

Granada

37% Madres primerizas

Los participantes tenían entre 0 y 7 hijos más

Duración de la Gestación (promedio): **39.1 weeks**

Sexo al nacer: 56% 44%

Peso al nacer (más bajo, promedio, más alto): 1kg **3.3kg** 4.7kg

Longitud al nacer (promedio): **50.7cm**

Melbourne

35% Madres primerizas

Los participantes tenían entre 0 y 5 hijos más

Duración de la Gestación (promedio): **38 weeks**

Sexo al nacer: 60% 40%

Peso al nacer (más bajo, promedio, más alto): 0.9kg **3.3kg** 4.2kg

Longitud al nacer (promedio): **49.5cm**

Desarrolla las habilidades de comunicación de tu bebé

Tu bebé te observa todo el tiempo y sigue tu ejemplo. Si sintonizamos con las expresiones faciales, los ojos y los movimientos corporales de nuestro bebé, podemos aprender a comunicarnos mejor con él.

Puedes responder a tu bebé de la siguiente manera:

- Haciendo las cosas con más calma: necesitan un poco más de tiempo para asimilar la información y procesar todas las nuevas experiencias que suceden a su alrededor. ¡Cada palabra es nueva!
- Hablar con ellos sobre lo que parece interesarles. Por ejemplo, "oh, eso que estás mirando es un perro".
- Mirándole cara a cara, a la distancia de un brazo, establece contacto visual y sonríe. Esto le ayuda a concentrarse en tu cara.
- Al escuchar a tu bebé, haz pausas naturales como lo harías en una conversación. Esto demuestra que le estás escuchando.
- Copiando los sonidos y acciones que están realizando, esperando a ver si responde. Si dice “ba, ba, ba”, repítelo.
- Consolarlo cuando llora, ya que esto demuestra que respondes a sus comunicaciones. Le ayuda a sentirse seguro y protegido y también construye una saludable autoestima.

Hablar con tu bebé en tu idioma nativo es estupendo para desarrollar sus habilidades del habla y el lenguaje. En familias donde las parejas hablan más de un idioma en el hogar, el bebé está expuesto a y desarrollará habilidades sólidas en ambos idiomas.

¡Haz que el lenguaje y la comunicación sean divertidos!

- Cantar canciones y rimas infantiles. Esta es una excelente manera de repetir palabras y puedes usar gestos para ayudarle a comprender los significados.
- Acurrúcate y disfruta de la hora del cuento con su libro ilustrado favorito antes de acostarse o de la siesta. Permite que tu bebé sostenga el libro y pase las páginas si está interesado.

- Durante el tiempo de juego decir las palabras de los juguetes cuando están en uso. Añade palabras nuevas a otras familiares, por ejemplo, "esta pelota es suave".
- Los juegos sociales interactivos como cucú-trástrás son divertidos y alientan a tu bebé a comunicarse y concentrarse.
- Los libros sensoriales que le permiten a tu bebé tocar e interactuar son excelentes para desarrollar sus habilidades de comunicación. Puedes notar cuando están interesados y hablarles sobre páginas, por ejemplo “¡mira, el perro es peludo!”
- Dale a tu bebé algunos bloques para apilar, vasos y platos de plástico u ollas y tapas para jugar. Luego puedes hablar y repetir nuevas palabras mientras juegas con ellas, como "el bloque está en la taza, ¡oh, no!"
- Dale opciones simples. Ofrece una opción de dos artículos, esto modela palabras, pero también gestos. Ayuda inicialmente si la segunda opción es inesperada, tonta o algo que no le gusta. Por ejemplo, “¿con qué te gustaría jugar, los bloques o un calcetín?”

Creando un ambiente seguro para tu bebé

Ahora que tu bebé gatea y, tal vez, incluso camina o va tropezando (!), es importante asegurarse de que tu hogar es un espacio seguro para que tu bebé explore. A continuación incluimos algunos consejos y trucos para que te resulte más fácil crear un ambiente seguro:

- Asegúrate de que los espejos y los marcos de fotos estén bien sujetos en las paredes.
- Instala protecciones para los dedos en las puertas.
- Instala cerraduras a prueba de niños en las puertas correderas.
- Coloca cubiertas protectoras en los muebles que tengan esquinas o bordes no romos.
- Considera colocar pestillos o cerraduras de seguridad en los armarios y cajones.
- Asegúrate de que las cunas y camas están lejos de las ventanas, y de que los cordones de las persianas están sujetos a la pared o fuera del alcance de sus manitas.
- Asegúrate de que todas las ventanas tengan pestillos de seguridad e instala protectores de ventanas en las del piso superior.
- Instala vallas de seguridad en la parte superior e inferior de las escaleras, y asegúrate de que cumplan con los estándares de seguridad.
- Asegúrate de que cualquier elemento peligroso (medicamentos, objetos afilados,…) esté fuera del alcance del bebé/niños.
- Si tienes chimenea, coloca un protector contra incendios o una pantalla alrededor.

Recuerda: nada puede reemplazar la supervisión de un adulto. ¡Tu chiquitín/a necesita vigilancia en todo momento mientras aprende a navegar por el mundo!

5 Datos Básicos

Sobre el subestudio de la leche materna de Dublín:

1 El subestudio analizará

el contenido nutricional de la leche materna y cómo se relaciona con los marcadores del metabolismo en la sangre.

2 El 59% de las mujeres

proporcionaron una muestra de leche materna cuando su bebé tenía entre 6 y 8 semanas, ¡lo cual fue fantástico!

3 El 38% de las mujeres

eran madres primerizas sin experiencia previa en lactancia.

4 Casi el 70% de las mujeres

estaban amamantando exclusivamente a su bebé, y el 30% con alimentación mixta.

5 El 60 % de las mujeres

usaba un sacaleches manual para extraer la muestra, y el 40 % la extrajo manualmente.

El proyecto ha recibido financiación del programa de investigación e innovación Horizonte 2020 de la Unión Europea, en virtud del acuerdo de subvención número 847984.

Australian Government
National Health and Medical Research Council

El proyecto también reconoce la financiación colaborativa del Consejo Nacional de Investigación Médica y de Salud del Gobierno de Australia, subvención número 1194234.