

MARZO 2023, NÚMERO 6

Bump2Baby and Me

Boletín de las Participantes

¡Las visitas de estudio de 12 meses están en pleno apogeo!



EN ESTE NÚMERO

Vida después de la diabetes gestacional

5 datos rápidos sobre vacunas

Juguetes para el desarrollo

Hitos a los 9 meses

Cronología del estudio y hallazgos

¡Está siendo un placer conocer a todas las mamás, papás y bebés en las visitas de 12 meses! Estamos muy agradecidos por tu participación y por hacer el esfuerzo de asistir a la visita. Sabemos lo ocupada que puede ser la vida con una familia joven.

En este boletín, repasamos la última cronología del Estudio y alguna información nueva sobre cómo fueron las experiencias de parto de las mujeres que participaron en el Estudio. También exploramos qué habilidades aprenden los niños pequeños al jugar con ciertos juguetes y qué hitos alcanzan cuando tienen 9 meses de edad. También hay algunos datos breves sobre las vacunas recomendadas para tu bebé durante el primer año.

¡Esperamos continuar poniéndonos al día con nuestras mamás y bebés en las visitas finales restantes!

Profesor Asociado Sharleen O'Reilly
Líder del Proyecto



Vida después de la diabetes gestacional

La diabetes gestacional (GDM) se diagnostica durante el embarazo. Al igual que otros tipos de diabetes, la GDM afecta la forma en que tu cuerpo usa la glucosa. Los niveles altos de glucosa en sangre pueden afectar a tu embarazo y a la salud de tu bebé. Sin embargo, la GDM se puede controlar con la ayuda y el apoyo adecuados de un equipo especializado. En la mayoría de las mujeres, la GDM desaparece después del nacimiento de su bebé, pero es un marcador temprano de que cuando la mujer está bajo estrés, no puede mantener estables los niveles de glucosa en sangre.



1 de cada 2 mujeres con GDM es probable que desarrolle diabetes tipo 2 (T2D) dentro de los 5 a 10 años posteriores al nacimiento. Las mujeres que han tenido GDM previa tienen un riesgo 8 veces

mayor que las mujeres que nunca han tenido diabetes durante el embarazo. Debido a este riesgo, se recomienda a las mujeres que se realicen exámenes de detección regulares para verificar que no tengan T2D.

¿Qué debo hacer ahora que he tenido a mi bebé?



Encuentra el momento para hacerte la prueba de detección de diabetes entre 6 a 12 semanas después del nacimiento de tu bebé; esto ayuda a descartar cualquier diabetes que pueda haber quedado.



Hazte la prueba de diabetes con regularidad; una vez al año, o cada tres años estaría bien, dependiendo del resultado anterior; consulta con tu médico de cabecera.



Otros controles de salud también deben incluir tu presión arterial y colesterol.



Si planeas volver a quedarte embarazada, es recomendable consultar con tu médico de cabecera para verificar que te encuentras en las mejores condiciones de salud.

5 Datos Rápidos

Sobre vacunas :

1 ¿Cuándo?

Por lo general, las vacunas se administran cuando tu bebé tiene 2, 4, 6, 12 y 13 meses de edad.

2 ¿Cómo?

Las vacunas generalmente se administran como inyecciones en el muslo o el brazo. Tu bebé puede experimentar dolor, hinchazón y/o enrojecimiento en el lugar de la inyección. Es importante consolarlos o amamantarlos inmediatamente después de la vacunación.

3 Diarrea

es un efecto secundario común de la vacuna oral contra el rotavirus (1 de cada 10 bebés). Tu bebé puede estar irritable después de esta vacunación. Estos síntomas duran generalmente solo unos pocos días, aunque es normal que se prolonguen hasta una semana.

4 Temperatura

Tu bebé puede experimentar fiebre (más de 39°C). Generalmente se recomienda paracetamol para ayudar a bajarla, pero si estás preocupada por tu bebé, ponte en contacto con tu Médico de cabecera/proveedor de atención médica.

5 Protección

Incluso si tu bebé no se encuentra bien, puede vacunarse. Consulta con tu médico o enfermera el día si no estás seguro. Evitar los retrasos en la vacunación significa que tu bebé estará más protegido.

Juguetes para el desarrollo entre los 6 a 12 meses

Los bebés aprenden mucho jugando y esto les ayuda a desarrollar sus músculos y coordinación. Algunos juguetes que pueden ser útiles:

- ♥ Juguetes con diferentes texturas como papel arrugado, telas rugosas o lisas (sentido del tacto y desarrollo del sonido).
- ♥ Sonajeros y juguetes que hacen ruidos/sonidos (sentido del sonido y habilidades de movimiento/coordinación).
- ♥ Carrusel móvil (desarrollo de la visión).
- ♥ Pelotas suaves variadas y coloridas: siéntate en el suelo y hazlas rodar hacia tu bebé (habilidades de reacción).
- ♥ Una manta o colchoneta de actividades (estimulación y habilidades de movimiento).
- ♥ Libros de colores con páginas gruesas e imágenes como caras, autos o animales (estimulación visual y mental).
- ♥ Apilar bloques, vasos o anillos: fomentan recoger, verter, dar y recibir (desarrollo mental y de coordinación).
- ♥ Juguetes de clasificación de formas (desarrollo mental y de coordinación).
- ♥ Recipientes de plástico de tu cocina (coordinación, mental, visual y estimulación sonora) - incluso las ollas y sartenes con una cuchara de madera pueden proporcionar un montón de oportunidades para aprender!



Hitos cuando tu bebé tiene 9 meses

Comunicación

Los bebés entienden la palabra "no" en este momento. Copiarán gestos y sonidos y señalarán las cosas que quieren. También es posible que ya hayan dominado "mamá" y "papá", incluso aunque no usen correctamente las palabras cada vez.

Personales/sociales

Tu bebé puede comenzar a estar enamorado contigo y con otras personas que conoce bien. No obstante, tendrá preferencias por algo más que personas, es probable que también tenga juguetes favoritos.

Habilidades motoras gruesas

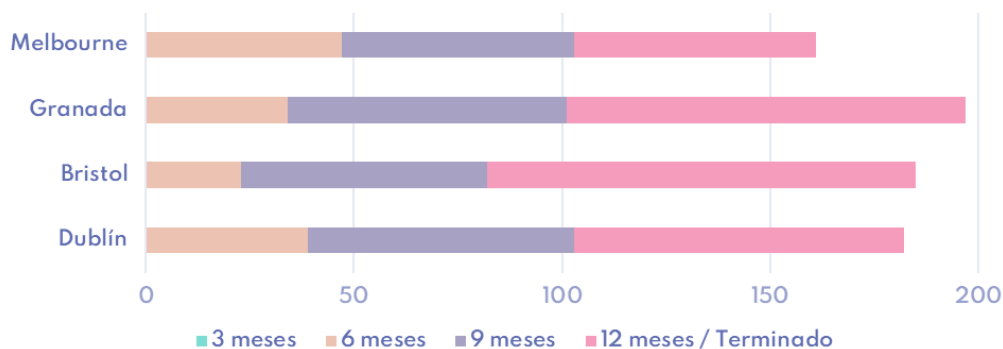
La mayoría de los niños de 9 meses pueden sentarse solos y luego pueden sentarse sin apoyo. La mayoría también puede gatear y ponerse de pie y permanecer en esa posición si tienen algo a lo que agarrarse para mantener el equilibrio. También son capaces de coger objetos con el pulgar y el índice.



Cronología del Estudio

Esta cronología muestra la distribución de Participantes en las diferentes etapas posparto. La mayoría de las Participantes han pasado de la etapa de 3 meses a la etapa de 6 meses en estos momentos. ¡Estamos encantados de que tantas participantes hayan completado con éxito el Estudio y nos hayan brindado información muy importante sobre ellas y sus bebés!

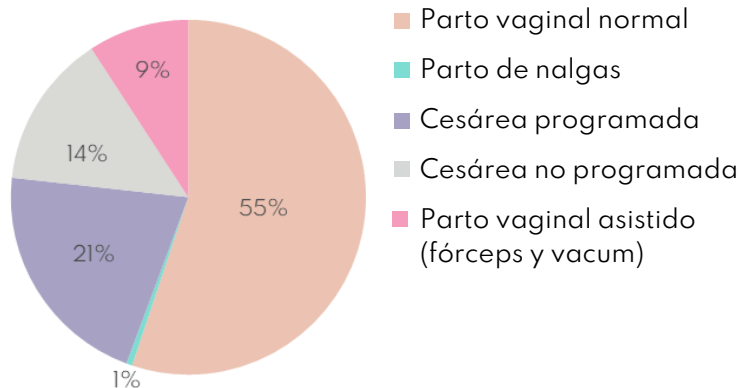
Porcentaje de Participantes en cada Etapa del Estudio (Posparto)



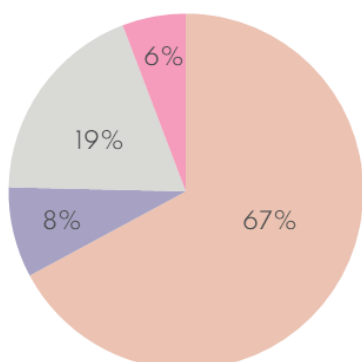
Hallazgos del estudio

Experiencias de parto de las mujeres en los cuatro sedes:

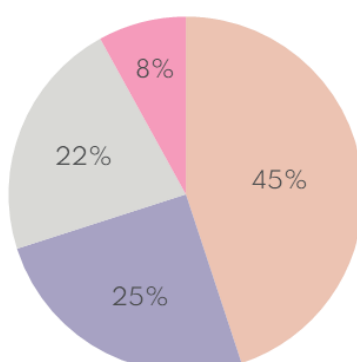
Dublín



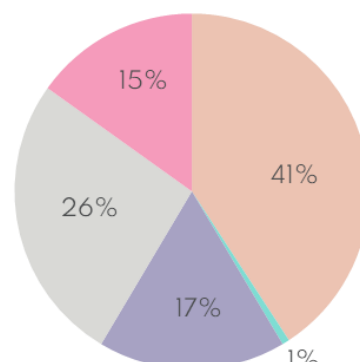
Granada



Bristol



Melbourne



Duración media de la estancia materna en el hospital

Dublín
3
días

Bristol
2
días

Granada
3.5
días

Melbourne
2.5
días



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.