Cómo afrontar una Lesión de Nacimiento: guía para padres

Cuando nace un hijo, todo cambia en un instante. La mezcla de alegría, cansancio y responsabilidad puede ser abrumadora, y si además aparece una complicación física durante el parto, la situación se vuelve aún más delicada. Hablar de una Lesión de Nacimiento no es sencillo, pero entender qué significa, cómo identificarla y qué pasos seguir marca una gran diferencia en la recuperación del bebé y en la tranquilidad de la familia.

He visto a muchos padres llegar a la consulta con la misma pregunta: "¿esto es normal?". A veces la respuesta es un simple tirón muscular que se resuelve solo; otras veces estamos ante un problema que requiere seguimiento especializado. Lo importante es no entrar en pánico y tener información clara.

¿Qué entendemos por Lesión de Nacimiento?

El término abarca cualquier daño físico que sufre el bebé durante el proceso del parto. Puede ir desde un hematoma leve hasta una fractura o una parálisis del plexo braquial. No todas son graves, pero todas merecen atención temprana. La mayoría ocurren en partos vaginales con presentación cefálica, aunque también pueden darse en cesáreas si hay maniobras complicadas.

Las causas más frecuentes incluyen la desproporción entre el tamaño del bebé y la pelvis materna, la utilización de fórceps o ventosa, o una posición fetal atípica. En mi experiencia, lo que más angustia a los padres es la incertidumbre: no saber si aquel bultito en la cabeza o la falta de movimiento en un brazo mejorará por sí solo o necesitará intervención.

Señales de alerta tempranas

Los primeros días son clave. Algunos signos son evidentes, como una hinchazón en el cuero cabelludo (caput succedaneum) o un morado grande (cefalohematoma). Otros son más sutiles: el bebé no mueve un brazo con la misma soltura que el otro, llora cuando le tocamos cierta zona, o tiene el cuello rígido hacia un lado.

Conviene observar cómo se comporta durante el baño, al cambiarle el pañal o cuando lo ponemos boca abajo. Si algo no parece normal, lo mejor es consultar al pediatra cuanto antes. No vale la pena esperar a la revisión del mes si hay dudas.

Tipos más comunes de lesiones obstétricas

Aunque cada caso es particular, hay tres grupos que aparecen con frecuencia en la práctica clínica:

- **Lesiones óseas:** fracturas de clavícula o de húmero, que suelen soldar bien solas si se inmovilizan correctamente. Se detectan por el dolor al mover el brazo y por un bultito que aparece al cabo de una semana (callo óseo).
- **Lesiones nerviosas:** la más conocida es la parálisis braquial, que afecta al movimiento del brazo. Puede recuperarse espontáneamente en semanas o requerir rehabilitación con fisioterapia infantil.
- **Lesiones de partes blandas:** hematomas, heridas por instrumentos o desgarros musculares. Suelen ser superficiales y curan sin secuelas.

No todas las Lesión de Nacimiento se manifiestan igual ni tienen el mismo pronóstico. Por eso es fundamental que un especialista valore cada situación concreta.

¿Qué hacer si sospechas una lesión?

El primer paso es mantener la calma. El bebé percibe la tensión de los adultos y eso no ayuda. Luego, documenta lo que ves: toma fotos, anota cuándo empezó el síntoma y qué movimientos hace o no hace el niño. Esa información será muy útil para el médico.

Busca un profesional con experiencia en neonatología o en lesiones del parto. No todos los pediatras generales están familiarizados con la evaluación de una parálisis braquial o una fractura de clavícula en un recién nacido. Si el seguro lo permite, pide cita con un especialista en medicina física y rehabilitación infantil.

Tratamiento y seguimiento

El enfoque depende del tipo y la gravedad de la lesión. Para fracturas simples, a veces basta con inmovilizar el brazo durante diez o catorce días y dejar que el hueso suelde por sí mismo. En lesiones nerviosas, el tratamiento puede incluir ejercicios de movilización pasiva, estimulación temprana y, en casos más complejos, cirugía reconstructiva.

Lo que nunca debe hacerse es automedicar o aplicar masajes sin supervisión. He visto padres que, con buena intención, intentan "estirar" el brazo del bebé y empeoran la lesión. Siempre hay que seguir las indicaciones de un fisioterapeuta o un médico entrenado.

El seguimiento a largo plazo es igual de importante. Algunas lesiones que parecen leves pueden dejar secuelas si no se tratan adecuadamente, como asimetrías en el crecimiento o limitaciones de movimiento. Por eso recomiendo revisiones periódicas hasta que el niño cumpla al menos dos años, aunque los síntomas iniciales hayan desaparecido.

Aspectos emocionales y apoyo familiar

Vivir una Lesión de Nacimiento afecta a toda la familia. Los padres suelen sentirse culpables, a pesar de que la mayoría de estas lesiones no son evitables. El parto es un proceso mecánico complejo y, por mucho que se planifique, siempre hay un margen de imprevistos.

Es importante hablar abiertamente de lo que se siente. Apoyarse en la pareja, en familiares de confianza o en grupos de padres que han pasado por lo mismo ayuda a procesar la experiencia. Si la angustia es intensa, buscar apoyo psicológico especializado en perinatalidad es una opción sensata.

El bebé, por su parte, necesita contacto físico, calma y cuidados consistentes. Un entorno tranquilo favorece su recuperación tanto como cualquier tratamiento médico. Las caricias, el porteo ergonómico y el contacto piel con piel son herramientas sencillas pero muy poderosas.

Prevención: lo que se puede hacer antes del parto

Aunque no todas las lesiones se pueden evitar, sí hay factores que reducen el riesgo. Llevar un control prenatal adecuado, conocer la posición del bebé en las últimas semanas y elegir un equipo obstétrico con experiencia en partos naturales y en el uso racional de instrumentos son pasos concretos.

Si el embarazo presenta complicaciones como diabetes gestacional o macrosomía fetal, conviene planificar el parto con el obstetra y hablar de las opciones para minimizar la posibilidad de una lesión. En algunos casos, una cesárea programada puede ser la alternativa más segura.

También es útil que los padres conozcan de antemano los signos de alarma y sepan a quién recurrir si algo no va bien. Tener un pediatra de confianza desde el embarazo da mucha tranquilidad.

Recursos y referencias útiles

En España, la mayoría de las comunidades autónomas cuentan con unidades de atención temprana que pueden orientar a las familias. También existen asociaciones de afectados por parálisis braquial obstétrica que ofrecen información y apoyo mutuo. No dudes en preguntar en tu centro de salud o en el hospital donde nació el bebé.

Para quienes quieran profundizar, recomiendo buscar publicaciones de la Sociedad Española de Neonatología o de la Asociación Española de Pediatría. Allí encontrarán guías clínicas redactadas por especialistas, con criterios actualizados sobre diagnóstico y tratamiento de las lesiones del parto.

En definitiva, una Lesión de Nacimiento es un contratiempo que asusta, pero con información adecuada, atención médica oportuna y mucho cariño, la mayoría de los bebés se recuperan bien y crecen sin limitaciones. Lo esencial es actuar con cabeza, sin demora y sin culpa.