



## NOTA DE PRENSA

### “Separación Cero” para aumentar la supervivencia de bebés pequeños y prematuros

- El término “Separación Cero”, creado por el Dr. Nils Bergman, alude a minimizar o eliminar cualquier separación innecesaria entre la madre y el bebé inmediatamente después del nacimiento y durante el mayor tiempo posible, incluso en el caso de los bebés prematuros y grandes prematuros.
- Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), alrededor de 13,4 millones de bebés nacen de forma prematura cada año.
- Con motivo de la celebración del Día Mundial del Niño Prematuro, el Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal iniciará una campaña para visibilizar la necesidad de no separar a los bebés prematuros de sus madres tras el nacimiento.

**Madrid, jueves 16 de noviembre de 2023** – El próximo 17 de noviembre se celebra el **Día Mundial del Niño Prematuro**, una ocasión que desde el [Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal](#) (IESMP) se quiere aprovechar para iniciar [una campaña divulgativa](#) para recordar que la "Separación Cero" es **una imperante necesidad de los bebés prematuros para proteger su salud, pero también para aumentar sus posibilidades de supervivencia**. Para ello, es esencial crear conciencia acerca de la importancia de capacitar a los profesionales de la salud y de proporcionar recursos a los sistemas sanitarios, así como desarrollar políticas que aseguren los derechos de los bebés y sus familias.

### Una necesidad vital

La filosofía y el enfoque de "Separación Cero" fue desarrollado por el Dr. Nils Bergman, pediatra sudafricano conocido por su trabajo desde hace dos décadas en el campo de la salud materno-infantil, particularmente en el cuidado de los recién nacidos y los bebés prematuros. Con el término “Separación Cero” se alude a minimizar o eliminar cualquier separación innecesaria entre la madre (o familiares, en el caso de que no sea posible con ella) y el bebé inmediatamente después del nacimiento y durante el mayor tiempo posible. Esto ayuda a regular la temperatura del bebé, estabilizar su frecuencia cardíaca y respiración, fomentar la lactancia materna y fortalecer el vínculo afectivo.

Para Carmela Baeza, médica, IBCLC y coordinadora Formación Lactancia y Salud Mental del IESMP, es fundamental que la “Separación Cero” sea una realidad ya que la forma en la que se realizan actualmente los cuidados del bebé prematuro –como separar a la madre del bebé y llevarlo a una incubadora o permitir piel con piel solo unas horas al día– da peores resultados. “En las incubadores mueren más bebés y pueden tener más dificultades emocionales. Suena duro decirlo, pero la “Separación Cero” salva vidas, por eso tenemos que cambiar el lugar en el que se realizan los cuidados, no los cuidados”, explica.



Los bebés tienen una profunda necesidad de estar cerca de sus madres o cuidadores, y esta cercanía es esencial para su bienestar físico y emocional. Diversas investigaciones apuntan a que la separación de la madre es innecesaria incluso en situaciones clínicas, como los casos de bebés prematuros, grandes prematuros o de bajo peso al nacer. Una revisión de Cochrane de 2016 encontró una reducción del 40% en la mortalidad entre los bebés con un peso al nacer por debajo de 2.000 gramos que recibieron cuidados en Método Madre Canguro, en comparación con el cuidado convencional en incubadora. Sin embargo, la mayoría de los estudios en esta revisión comenzaron el piel con piel una vez que los bebés estuvieron estabilizados, lo que podría haber excluido a bebés que murieron antes de alcanzar esta estabilidad. En entornos de ingresos más altos, se observaron mejoras en la estabilidad fisiológica y en la salud de bebés prematuros con el piel con piel inmediato en comparación con el cuidado en incubadora.

El [estudio de contacto piel con piel inmediato entre padres e hijos \(IPISTOSS\)](#), iniciado en Escandinavia en 2020, y que continúa activo, ha seguido ya a 150 bebés prematuros inestables nacidos entre las semanas de gestación 28+0 a 32+6. Su objetivo es investigar el efecto del piel con piel cuando se inicia inmediatamente después del nacimiento; centrándose en la estabilidad cardiorrespiratoria, pero también en otros aspectos como la salud y el desarrollo de los bebés y la experiencia de los padres.

## Hacia un cambio de paradigma

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), alrededor de 13,4 millones de bebés nacen de forma prematura cada año. De ellos, aproximadamente 900.000 criaturas mueren por complicaciones derivadas del parto, y casi la mitad de estas muertes ocurren en las primeras 24 horas, antes de que los bebés frágiles que ingresan en neonatos logren alcanzar la estabilidad. Conscientes de la necesidad de un [cambio profundo en la atención a prematuros](#), el pasado 15 de noviembre de 2022, la OMS publicaba una [Guía con nuevas recomendaciones para el cuidado del bebé prematuro o bebé de bajo peso al nacer](#), entre las que se incluye el contacto inmediato piel con piel para mejorar la supervivencia de estos bebés.

“Nada de lo que el bebé hace o deja de hacer tiene sentido excepto sobre el cuerpo de la madre”, señala Nils Bergman, para quien la separación es un paradigma del siglo XX que debe ser cuestionado y modificado para poder disminuir la mortalidad de los bebés prematuros, así como mejorar la vivencia para madre y bebé. Para la doctora Carmela Baeza, cambiar el paradigma de separación requiere de varias acciones. En primer lugar, conocer los datos científicos que sustentan este cambio de paradigma. “Tanto los profesionales sanitarios como las propias familias deben tener la certeza de que el piel con piel inmediato y la separación cero son el estándar para el cuidado de sus prematuros”, señala. En segundo lugar, es fundamental, para la experta, la formación de los profesionales para que puedan llevar a cabo este cambio. Y, por último, es necesaria una apertura de las UCIs neonatales, y caminar hacia la creación de Unidades de Cuidados Intensivos madre-bebé: “Hay que abrir el espacio de los espacios neonatales a las familias para trabajar juntos, dejando que realmente sea la madre el lugar de los cuidados”.



## En todos los países, para todos los bebés

“La mejor manera de cuidar a los bebés recién nacidos con bajo peso al nacer, incluso en países de ingresos altos, es a través del contacto piel a piel continuo con la madre, en una unidad de atención madre-recién nacido que brinde cuidados y tratamiento médico para ambos”, afirmaba el Dr. Bjorn Westrup, del Instituto Karolinska en Suecia y experto técnico de la nueva guía de recomendaciones de cuidados a prematuros de la OMS.

Desde el IESMP, **Carmela Baeza**, médica, IBCLC y coordinadora Formación Lactancia y Salud Mental, recuerda que es fundamental que la “Separación Cero” sea una realidad para todos los bebés porque la separación madre-bebé tiene efectos negativos a muchos niveles, desde más riesgo de morir y de contraer infecciones, como han demostrado [investigaciones como la desarrollada por el equipo liderado por Nils Bergman](#), hasta riesgo de desarrollar estrés tóxico, el cual tiene enormes efectos a lo largo de la vida, tanto a nivel físico como psíquico. “Es cierto que hay algunos casos en los que puede no ser posible hacer piel con piel inmediato por la gravedad de la madre o del bebé, pero estos cuidados madre canguro deben establecerse en cuanto sea posible. Cuanto más prematuro es el bebé o más enfermo está, mayores son los riesgos de la separación”, concluye.

### Sobre el Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal

El Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal nace en 2018 como un espacio de formación, investigación y encuentro para profesionales que trabajan con madres, bebés y familias en el inicio de la vida. Actualmente cuenta con alumnas de todo el mundo y con docentes internacionales de alto nivel. Sus formaciones abordan temáticas como la psiquiatría perinatal, la salud mental en el embarazo, parto, postparto, duelo perinatal y lactancia y con monográficos especializados como la importancia de los espacios de nacimiento, los cambios en el cerebro materno según las investigaciones más recientes en neurociencia o paternidad y perinatalidad.



**Para más información y entrevistas:**

Diana Oliver 687 48 52 15

[comunicacion@saludmentalperinatal.es](mailto:comunicacion@saludmentalperinatal.es)  
[saludmentalperinatal.es](http://saludmentalperinatal.es)

Enlace a la campaña divulgativa: <https://saludmentalperinatal.es/campana-de-separacion-cero/>