

Una hospitalización breve en la NICU

Felicitaciones por el nacimiento de su bebé

Tener un bebé puede ser un momento maravilloso de su vida. Pero si su bebé necesita atención médica, puede ser un momento difícil. Es posible que su bebé deba quedarse en la unidad de cuidados intensivos neonatales o de recién nacidos del hospital, también llamada NICU. La información presentada aquí es para las familias cuyo bebé necesita permanecer en una NICU durante alrededor de 2 semanas o menos. Se trata de una hospitalización breve en la NICU.

Por qué algunos bebés deben quedarse en la NICU

Su bebé puede verse sano. Tal vez no esté segura por qué debe ir a la NICU. Estos son algunos motivos por los cuales su bebé puede necesitar atención médica en la NICU:

- **Nacimiento prematuro** – Cuando el bebé nace demasiado temprano, antes de las 37 semanas de embarazo
- **Defectos de nacimiento** – Problemas de salud que están presentes al nacer y que cambian la forma o función de una o más partes del cuerpo. Los defectos de nacimiento pueden causar problemas en la salud en general, en cómo se desarrolla el cuerpo o en cómo funciona.
- **Ictericia** – Cuando los riñones del bebé no están funcionando bien; hace que los ojos y la piel del bebé luzcan amarillentos.
- **Problemas de alimentación** – Los bebés que nacen temprano o que están enfermos tal vez no puedan tomar el pecho o tomar el biberón de inmediato.
- **Problemas de respiración** – Cuando el bebé quizás no pueda obtener suficiente oxígeno por sí mismo
- **Infecciones** – Enfermedades que el bebé se contagia de un virus, bacterias y otros gérmenes
- **Problemas de temperatura** – Problemas para mantener la temperatura del cuerpo del bebé dentro de un rango normal

Cómo ser parte del cuidado de su bebé en la NICU

Tener un bebé con una hospitalización más corta en la NICU es difícil porque usted se está recuperando del parto, está tratando de entender las necesidades médicas de su bebé y se está preparando para regresar a su casa en poco tiempo. Una de las mejores maneras de aprender sobre su bebé y prepararse para llevárselo a casa es participar en el cuidado en la NICU aunque sea unos pocos días. Estas son algunas maneras de participar:

Haga preguntas. Pregunte al profesional de salud de su bebé todo lo que no entienda. Puede hacer preguntas cuando el profesional visita a su bebé o cuando usted llama a la NICU para saber sobre el estado de su bebé. Estas son algunas preguntas que puede hacer:

- ¿Puedo cargar a mi bebé en brazos?
- ¿Qué puedo hacer para ayudar a cuidar a mi bebé?
- ¿Cómo está mi bebé hoy?
- ¿De qué forma ayuda a mi bebé esta medicina o equipo médico?
- ¿Qué pruebas está haciendo y qué aprenderá de ellas?
- ¿Con quién debo hablar o llamar si tengo preguntas sobre el estado de salud de mi bebé?
- ¿Cuándo cree que podré llevarme a mi bebé a casa?
- ¿Qué debo aprender sobre mi bebé antes de irnos a casa?

Sea un miembro activo del equipo que cuida a su bebé. Usted puede hacer muchas cosas para participar en el cuidado de su recién nacido durante su estadía en la NICU. Puede pedir ayudar a cambiarle la ropa o los pañales, a tomarle la temperatura y ayudar a la enfermera a pesarlo. Si ve algo que le incomoda, exprese su inquietud al equipo médico.

Comience una carpeta con la información de salud de su bebé. Asegúrese de traerla consigo cuando visite al profesional de la salud de su bebé una vez que le hayan dado de alta.

Proteja a su bebé de las infecciones. Una manera de proteger a su bebé y a otros bebés de la NICU contra las infecciones es lavarse las manos.

Dejar a mi bebé en el hospital después de que me dieron de alta fue tan difícil. Sentí tantas emociones, pero mayormente me sentí culpable. No me parecía bien estar en casa, sacándome leche materna en la cocina a las 3 de la mañana, sabiendo que otra persona estaba cuidando y alimentando a mi bebé.

Cuando finalmente mi bebé pudo regresar a casa, me acurruqué con él y lo tuve abrazado sobre mi cuerpo. Nada era más perfecto que estar juntos bajo el mismo techo.

— *Meghan, mamá de un niño de 35 semanas de edad*

Forme un lazo afectivo con su bebé

Muchos padres se sienten muy solos cuando su bebé va a la NICU. Formar un lazo afectivo con su bebé la hará sentirse mejor, y es bueno para ambos. Dos de las maneras en que puede crear un lazo afectivo con su bebé es practicando el cuidado piel a piel y alimentándolo.

Cuidado piel a piel

El cuidado piel a piel (también llamado método canguro) es maravilloso para todos los bebés. Significa colocar a su bebé, que solo tiene puesto el pañal, sobre el pecho descubierto de la mamá o el papá. No olvide ponerle una manta sobre la espalda para mantenerlo abrigado. Usted puede practicar el cuidado piel a piel en la NICU y después de regresar al hogar.

El cuidado piel a piel puede ayudar a su bebé a:

- Mantener su temperatura del cuerpo
- Mantener la regularidad de la frecuencia cardíaca y la respiración
- Aumentar de peso
- Pasar más tiempo en un sueño profundo
- Pasar más tiempo despierto estando tranquilo y menos tiempo llorando
- Tomar el pecho

El cuidado piel a piel puede ayudarla a usted a:

- Reducir el estrés
- Sentirse más cerca de su bebé
- Producir más leche materna

Alimentación en la NICU

Antes de que naciera su bebé, tal vez usted decidió darle el pecho o el biberón. Pero ahora que su bebé está en la NICU, quizás deba cambiar sus planes. No es fácil hacerlo. Si su NICU ofrece una clase sobre alimentación o nutrición, podrá ser un gran recurso de información y apoyo.

La forma de alimentar a su bebé dependerá de su problema médico y de su habilidad de succionar y tragar. En la NICU los bebés pueden tomar el pecho o bien pueden alimentarse con leche materna o leche e fórmula con el biberón o mediante una sonda. El equipo de atención médica de su bebé decidirá con usted la mejor manera de alimentar a su bebé. Pregúnteles si puede volver a su plan original de alimentación y cuándo se prevé que pueda hacerlo.

Su bebé todavía está creciendo y recuperándose de la estadía en la NICU. Es posible que su bebé esté durmiendo cuando es hora de alimentarlo. Pregunte al profesional de la salud de su bebé si debe despertarlo para darle de comer.

Prepárese para llevarse a su bebé a casa

- Hable con el personal de la NICU sobre cómo puede ayudar a cuidar a su bebé. La manera ideal de cuidarlo es teniéndolo en brazos y dándole de comer.
- Haga todas las preguntas que tenga antes de que le den de alta a su bebé. No hay problema en que usted haga preguntas y comparta sus inquietudes. Anote todas las respuestas para poder consultarlas cuando esté en su casa.
- Haga una cita con el profesional de la salud de su bebé para una visita de seguimiento después de regresar a casa.

Información útil una vez que esté en casa

- No hay problema en pedir ayuda después de llevar a su bebé a casa. Llame al profesional del bebé si tiene preguntas. Además, pida ayuda a sus familiares, amistades y vecinos.

- Es posible que a su familia le lleve tiempo adaptarse a que su bebé esté en casa después de la hospitalización en la NICU.
- Esté atenta a las señales de enfermedad. Todos los bebés se enferman, pero los que estuvieron en la NICU corren más riesgo de contraer infecciones.

Cuándo llamar al profesional de la salud de su bebé

Llame al profesional de la salud si su bebé:

- Tiene un color azulado alrededor de la nariz, los labios o en la piel
- Está más pálido de lo normal
- Se rehúsa a comer o come muy poco
- Está más irritable de lo normal
- Está menos activo de lo normal
- Vomita — Es más serio que devolver una pequeña cantidad
- Tiene problemas para respirar o le cambia el ritmo respiratorio
- Moja menos de cinco pañales en un período de 24 horas
- Tiene diarrea durante más de un día o cambia el hábito de movimiento de vientre
- Tiene una temperatura mayor de 100.4 grados F (38 grados C) o menor de 97 F (36 grados C)
- Tiene apnea. Esto su cede cuando el bebé deja de respirar durante 15 segundos o más
- Usted presiente que algo pasa o que el bebé no está bien

Si cree que su bebé necesita atención de emergencia, vaya al hospital o llame al 911. Usted es quien mejor conoce a su bebé. Si cree que algo no está bien, hágalo ver.

Los productos de March of Dimes cumplen fines informativos solamente y no constituyen asesoramiento médico. Siempre busque asesoramiento médico de su proveedor de cuidado de salud. Nuestros productos reflejan las recomendaciones científicas actuales al momento de publicación. Visite nacersano.org para obtener información actualizada.