

Introducción a la NICU: lo que debe saber

Estar con su bebé

Casi todas las NICU tienen reglas de visita y de quién puede estar con su bebé y cuándo. En esas reglas se explica:

- Quién puede estar con su bebé
- Cuántos familiares y amigos pueden estar con su bebé a la vez
- Si se permiten niños en la NICU
- Cuándo pueden estar con su bebé las personas que no son familiares

Los familiares y amigos deben tener buen estado de salud cuando vienen a ver a su bebé. Cualquier persona, incluido el padre o la madre, que tenga secreción nasal (goteo), tos o fiebre debe quedarse en su casa hasta que se sienta mejor. Algunas NICU les permiten a los padres entrar cuando están enfermos siempre que usen una mascarilla.

Por más difícil que fue para nosotros como padres, pareció tener efectos más grandes para nuestro hijo.

Prevención de infecciones

Las NICU tienen reglas para el lavado de manos. Pídale a alguien que le muestre o le diga la manera correcta de lavarse las manos antes de ver a su bebé. Asegurarse de tener las manos limpias protege a su bebé y a otros en la NICU contra infecciones graves.

Estos son los pasos que muchas NICU exigen para lavarse las manos:

- Quítese todas las joyas de las manos o muñecas.
- Súbase las mangas para poder lavarse hasta

los codos.

- Lávese cada parte de las manos con agua caliente y jabón. Use un movimiento de frotado. Lávese cada uno de los dedos, por encima y entre ellos, las palmas y la parte posterior de las manos. Luego lávese las muñecas y los antebrazos hasta el codo.
- Limpie el área debajo y alrededor de las uñas.
- Lávese las manos durante al menos 30 segundos para quitar la suciedad y los gérmenes. Lávese durante todo el tiempo que le lleva cantar la canción del feliz cumpleaños dos veces. Algunos hospitales le pedirán que se lave por más tiempo.

“Apenas tenía 2 años de edad y no le permitieron entrar a la NICU porque era la época de la influenza. Durante los 2 meses que Zoe estuvo en el hospital, Marcus lloró todos los días pidiendo ver a su hermanita. Una vez que trajimos a Zoe a casa, nuestro hijo hizo todo lo posible por cuidar de ella. Es un hermano maravilloso y son muy unidos. Creo que es, en parte, porque tuvo que esperar tanto para conocerla.”

TERESA

MAMÁ DE UN BEBÉ PREMATURO

Este recurso incluye algunos términos médicos que puede oír en la NICU. El significado de esas palabras aparece en la sección *Palabras que debe saber*, al final de este recurso.

A veces tendrá que lavarse las manos estando dentro de la NICU. Por ejemplo:

- Después de estornudar, toser o soplarse la nariz
- Antes y después de cambiarle el pañal a su bebé
- Después de tocarse cualquier parte del cuerpo que pueda tener muchos gérmenes, incluyendo su nariz, boca y cabello
- Después de ir al baño
- Después de tocar aparatos eléctricos, como su teléfono, cámara, computadora o tableta
- Después de tocar su cartera/bolsa, chaqueta o zapatos

Su NICU puede exigirle que use desinfectante para manos de calidad de hospital. Éste es más fuerte que el desinfectante común para manos. El hospital puede pedirle que use este desinfectante en vez de lavarse las manos o además de lavárselas. Cuando use el desinfectante para manos, asegúrese de ponerse lo suficiente para lavarse durante 15 segundos antes de que se seque.



Si tiene más de un bebé, lávese o use el desinfectante después de tocar a cada bebé.

Uso de teléfonos celulares

Pregunte al personal si puede usar su teléfono celular en la NICU. Algunas NICU permiten teléfonos celulares. Otras tienen reglas de uso de teléfonos celulares y algunas NICU no los permiten para nada.

Si su NICU permite teléfonos celulares, tenga presente lo siguiente:

- Limpie su teléfono seguido con una toallita para desinfectar.
- Límpiense las manos con desinfectante para las manos. O lávese con agua y jabón después de tocar el teléfono.
- Hable en voz baja si está llamando desde la NICU. Los bebés prematuros y enfermos son muy sensibles a los sonidos.
- Ponga su teléfono en modo silencioso o de vibración. El timbre del teléfono puede sobresaltar a su bebé. También puede molestar a otros bebés, familias y personal.

Palabras que debe saber

bebé prematuro — Un bebé nacido antes de las 37 semanas de embarazo.

desinfectante para manos — Un líquido que se pone en las manos para matar gérmenes sin usar agua.

infección — Una enfermedad causada por algunos virus, bacterias u otros gérmenes.

NICU — También se le llama unidad de cuidados intensivos neonatales o para recién nacidos. Es el lugar en el hospital donde se da atención médica especial a los recién nacidos.