

La estadía de su bebé en la NICU

Muchos padres no saben bien cómo cuidar a su bebé en la NICU. No saben cuánto pueden ayudar en el cuidado de su bebé. Las NICU reciben con agrado a todos los padres y les animan a cuidar a sus bebés. Esto es lo que puede hacer:

Haga preguntas.

Si tiene preguntas sobre el cuidado de su bebé, hágalas. Pregunte a los médicos y enfermeros cuando no entienda algo. Aprenda lo más posible sobre la condición y el tratamiento de su bebé antes de que pueda marcharse con él a su casa. Anote sus preguntas para no olvidarse de hacerlas. Puede hacer estas preguntas cuando está en la NICU con su bebé o cuando llama a la NICU para chequear cómo está su bebé.

Preguntas que quizás desee hacer sobre el cuidado de su bebé:

- ¿Puedo sostenerlo en brazos?
- ¿Qué puedo hacer para ayudar a cuidar a mi bebé?
- ¿Qué puedo hacer para ayudar a mi bebé si siente dolor? Vea las páginas 10 a 11 para más información sobre cómo ayudar a su bebé cuando está dolorido.
- ¿Cuándo cree que podré llevarme a mi bebé a casa?
- ¿Qué debo aprender sobre mi bebé antes de irnos a casa?

Preguntas que quizás desee hacer sobre el estado de salud de su bebé:

- ¿Cómo está mi bebé hoy?
- ¿Con quién debo hablar si tengo preguntas sobre el estado de salud de mi bebé?



- ¿Cómo me enteraré de los cambios grandes en el estado de salud de mi bebé?

Preguntas que quizás desee hacer sobre medicamentos, pruebas o equipos médicos utilizados para tratar a su bebé:

- ¿De qué forma ayuda a mi bebé este medicamento?
- ¿De qué forma ayuda a mi bebé este equipo médico?
- ¿Qué pruebas está haciendo hoy y qué información le darán sobre mi bebé?
- ¿Le causará dolor a mi bebé los medicamentos, equipos o pruebas?
- ¿De qué forma ayuda el personal de la NICU a mi bebé si siente dolor?

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.

Sea un miembro activo del equipo médico que cuida a su bebé.

Usted es el mejor defensor de su bebé. Desde el comienzo, propóngase tener una buena relación de trabajo con el personal de la NICU. Haga preguntas, comunique sus inquietudes y participe cuando se toman decisiones sobre el cuidado de su bebé.

Posiblemente pueda hablar con el equipo médico de su bebé durante las rondas médicas. Las rondas médicas son cuando los profesionales visitan a cada bebé en la NICU y hablan sobre su estado de salud y su tratamiento. Pregunte al médico o a la enfermera de su bebé si este es el momento de compartir información con el equipo. Si no puede hacerlo durante las rondas médicas, pregunte cuándo puede hablar con el equipo médico de su bebé. También pregunte cómo puede conseguir información sobre su bebé si no está en la NICU durante las rondas médicas.

Los cambios de turno de enfermería (también llamado informe de enfermería) suceden cuando el enfermero de su bebé se reúne con el próximo enfermero que va a cuidar a su bebé. En la NICU, los enfermeros suelen trabajar de 8 a 12 horas en un turno. Dependiendo de la NICU, los padres pueden estar presentes durante el cambio de turno de enfermeros. Si se le permite, únase a la discusión y comparta información con los enfermeros de su bebé.



Cuide a su bebé.

Hay muchas formas de cuidar a su bebé durante la estadía en la NICU. Cuando su bebé esté listo, podrá bañarlo, darle de comer, cambiarlo y tenerlo en brazos. Podrá tomarle la temperatura y ayudar a pesarlo. Quizás al principio se sienta nerviosa, pero los enfermeros de su bebé le mostrarán qué hacer.

Usted puede sostenerlo en brazos aunque esté conectado a los equipos médicos. Puede tomar cierto tiempo y práctica para que usted y su bebé se sientan cómodos. Si todavía no ha podido tener a su bebé en brazos, pregunte a los enfermeros cómo puede tocarlo y reconfortarlo.

Cuanto más participe en el cuidado de su bebé, más confianza sentirá al atenderlo.

Ayude a su bebé si siente dolor.*

Durante la estadía en la NICU, es probable que a su bebé le hagan procedimientos y tratamientos. Estos pueden causarle dolor y malestar al bebé. Estos incluyen:

- Sacarle sangre
- Ponerle una IV para dar líquidos o medicamentos
- Estar conectado a una máquina para respirar
- Cirugía

Hay cosas que puede hacer para ayudar a su bebé. Puede ayudar reducir el dolor de su bebé y hacerle sentir más cómodo. Aprenda las señales que indican que su bebé está dolorido. El equipo de atención médica puede tener ideas de cómo ayudar a reconfortar a su bebé. Quizás desee intentar:

- Hablarle dulcemente
- Tocarle suavemente
- Tenerlo en brazos
- Fajarlo en una manta. Fajar a su bebé significa envolverlo enrollándolo con una manta delgada. Se

* Adaptado de "Cómo reconfortar a tu bebé cuando está en cuidados intensivos" de Linda Franck (2013). Linda S. Franck, RN, PhD, FRCPCH, FAAN, Profesora y Directora, Departamento de Enfermería Familiar en UCSF.

hace así para que le cubra la mayoría del cuerpo hasta debajo del cuello.

- Bajar las luces
- Darle un chupete (si lo usa)
- Darle su dedo para que lo sostenga

Pregunte si puede reconfortarlo durante un procedimiento o tratamiento médico. No todos los padres se sienten cómodos viendo un procedimiento. Tal vez haya otros motivos por los que no puede estar con su bebé. Hable con su enfermera sobre las maneras en que el personal de la NICU reconforta a su bebé cuando usted no está. Es difícil ver a su bebé sentir dolor. Recuerde que estos procedimientos son necesarios para la salud de su bebé. Tome en cuenta que usted y el equipo de atención médica están haciendo todo lo posible para ayudarlo.

Forme un lazo afectivo con su bebé.

Es posible que no se sienta cerca de su bebé. Sentirse distante o desconectado es una respuesta normal de los padres durante los primeros días y semanas de la estadía de su bebé en la NICU. Ese sentimiento no significa que no está estableciendo lazos afectivos con su bebé. Su vínculo con su bebé comenzó durante el embarazo y sigue creciendo mucho después de que nace su bebé. Tenga paciencia con usted misma. Con el tiempo, al acostumbrarse a la NICU, se sentirá más unida y más como la madre de su bebé.

Algunas de las maneras más importantes de empezar a formar un lazo afectivo con su bebé es alimentarlo y practicar el cuidado piel a piel o método canguro. Otras formas de formar la relación es cantarle, hablarle o leerle dulcemente y tocar con suavidad a su bebé.



Busque apoyo.

Pida ayuda a los enfermeros y otro personal de la NICU. También es una buena idea hablar con otros padres de la NICU. Trate de conocer a otros padres en la NICU o en compartasuhistoria.org. Busque a aquellos que pueden apoyarla ahora y en el futuro.

Comience un archivo con la información de salud de su bebé.

Cuando su bebé está en la NICU, recibirá mucha información y documentos sobre él. Le resultará útil mantenerlos todos juntos en un archivo. Coloque la información sobre la salud, los profesionales médicos, los medicamentos y los equipos médicos de su bebé en la carpeta. Puede añadirle documentos hasta después de que su bebé salga de la NICU para tener toda la información de salud junta en un solo sitio.

En la NICU, mantenga el archivo junto a la cama de su bebé. Cuando le surjan preguntas, anótelas y colóquelas en el archivo para ayudarle a recordarlas más tarde.

Palabras que debe saber

cambio de turno de enfermería — También llamado informe de enfermería. Al final de un turno, la enfermera del bebé se reúne con el próximo enfermero que va a cuidar al bebé. Ellos hablan de la atención médica del bebé.

defensor — Alguien que habla en nombre de algo o alguien que no puede hacerlo por sí mismo. También significa hablar, escribir o abogar por algo o por alguien.

equipo de atención médica — Un grupo de profesionales de la salud que trabajan juntos para atender a un bebé.

fajar — Una manera segura de envolver al bebé en una manta. Significa envolver al bebé ceñidamente con una manta delgada para que le cubra la mayoría del cuerpo debajo del cuello.

informe de enfermería — Ver cambio de turno de enfermeros.

IV — Ver vía intravenosa.

método canguro — También se le llama contacto o cuidado piel a piel. Significa colocar a un bebé vestido sólo con el pañal sobre el pecho descubierto del padre o de la madre.

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.

rondas médicas — Una práctica en la NICU en la que el equipo de atención médica camina de un bebé a otro hablando de su cuidado y tratamiento.