

El cuidado médico de su bebé después de la NICU

Usted ha escogido al profesional de la salud de su bebé. Ya aprendió sobre los medicamentos que necesita. También, ya pensó en usar el cuidado de enfermería en el hogar. Ahora llegó el momento de dar los próximos pasos para la salud de su bebé.

Continúe el cuidado con el profesional de la salud de su bebé.

Durante el primer año de vida, le harán varios chequeos médicos a su bebé. En cada visita, pregunte al profesional de la salud si su bebé está creciendo sanamente. ¿Está rodando, se está sentando solo, está gateando y caminando como debería hacerlo? Esas habilidades que va adquiriendo se llaman señales o hitos del desarrollo. Puede que deba recordarle al profesional que su bebé pasó tiempo en la NICU. Eso puede afectar el momento en que alcanza esos hitos del desarrollo.



Lleve el historial médico de su bebé a la primera visita con el profesional de la salud. Ese historial incluye el resumen de alta y otra información del bebé en el hospital. El profesional de la salud necesita saber qué sucedió durante y después del nacimiento de su bebé. El personal del hospital puede enviar el resumen al nuevo profesional de salud de su bebé.

Vacune a su bebé.

Todos los bebés, incluso los que pasan tiempo en la NICU, necesitan vacunas. Estas vacunas protegen contra enfermedades graves. A algunos bebés se los empieza a vacunar cuando están en la NICU. Pregúntele al profesional de la salud del bebé cuándo es que necesita sus vacunas. Mantenga un registro de las vacunas de su bebé en el historial médico que usted mantiene.

Sus otros hijos también necesitan vacunas. Esto ayuda a evitar que le contagien infecciones al bebé. Durante la temporada de la influenza, todas las personas de la familia, deben vacunarse contra la influenza. Incluso, los papás y todo adulto que vayan a tener contacto con el bebé deben ponerse la vacuna Tdap. Esta vacuna es para prevenir la tos ferina (también llamada tos convulsiva).

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.

Proteja a su bebé del RSV.

El RSV (se conoce como virus sincitial respiratorio) es un virus muy común. Afecta a casi todos los niños antes de cumplir los 2 años de edad. La mayoría de las veces, causa un resfriado leve. Pero para los bebés nacidos temprano, este virus puede causar gravedad. Los bebés que nacieron prematuros o que tienen problemas de corazón o pulmones pueden tomar un medicamento que previene el contagio del RSV. Pregunte al profesional de la salud de su bebé si le dieron este medicamento en la NICU. Pregunte si se le debe dar ahora que está en casa.

Vea a distintos profesionales de la salud.

Si su bebé tiene un problema médico, como un defecto de nacimiento, tal vez necesite cuidados médicos seguidos. También puede que requiera ver a otros profesionales de la salud. Pídales a esos profesionales que mantengan al día al profesional principal sobre todas las visitas y tratamientos. De esa forma se asegura de que todos los miembros

del equipo de atención médica de su bebé tengan la misma información. Lleve sus propios registros de los chequeos, las pruebas y los tratamientos que haya recibido su bebé.

Pregunte si su NICU tiene un programa de seguimiento del desarrollo. Este programa le puede ayudar a asegurarse de que su bebé está alcanzando los hitos del desarrollo. Si su NICU no tiene este programa, pregunte al profesional de su bebé sobre otros programas con el mismo tipo de ayuda.

Esté atenta a las señales de enfermedad.

Todos los bebés se enferman de vez en cuando. Pero los bebés que estuvieron en la NICU corren más riesgo de contagiarse infecciones. Esté atenta a las señales que indican que su bebé puede estar enfermo. Así podrá solicitar ayuda médica de inmediato. Vea la lista abajo para saber cuándo llamar al profesional de la salud de su bebé.

Cuándo llamar al profesional de la salud de su bebé:

Llame al profesional de la salud si su bebé:

- Tiene un aspecto azulado alrededor de la nariz, los labios o en la piel
- Está más pálido de lo normal
- Se niega a comer o no come lo suficiente
- Está más molesto de lo normal
- Está menos activo de lo normal
- Vomita (es más serio que devolver una pequeña cantidad o que el reflujo)
- Tiene problemas para respirar o le cambia el ritmo respiratorio

- Tiene menos de cinco pañales mojados en un período de 24 horas
- Tiene diarrea por más de un día o cambia su hábito normal de evacuar
- Tiene una temperatura de más de 100.4F (38C) o menos de 97F (36C)
- Tiene apnea. Esto es cuando el bebé deja de respirar durante 15 segundos o más.
- Usted presiente que algo pasa o que el bebé no está bien

Usted es quien mejor conoce a su bebé. Si cree que algo no está bien con su bebé, llame a su profesional de la salud, al 911 o llévelo a la sala de emergencias.

Administrar equipos médicos en casa

Lleve un control de los equipos y suministros médicos. Haga una lista de los equipos y suministros médicos de su bebé, incluyendo números de orden, tamaño y cantidad. La compañía de equipos médicos puede darle una lista de verificación. Asegúrese de ordenar los suministros con suficiente anticipación porque los envíos pueden demorarse. Siempre que salga de su casa, esté preparada y asegúrese de tener los suministros de su bebé aunque esté planeando solo ir al parque.

Planee para las emergencias

Comparta información sobre la condición médica de su bebé con el departamento local de bomberos y emergencia o con el personal de primera respuesta, para que sepan qué esperar en caso de atender una emergencia en su casa. Invítelos a su casa a conocerla a usted y a su bebé. También contacte a las compañías de servicios públicos para informarles sobre las necesidades médicas de su bebé. Es posible que tengan una lista de prioridades al reparar cortes de electricidad o para el barrido de nieve de las calles. Haga un plan en caso de que se corte la electricidad. Tenga pilas o baterías de reserva y sepa cuánto durarán.

Aprenda sobre los programas de intervención temprana.

Estos son programas que prestan servicios a bebés y niños con retrasos del desarrollo o que probablemente los tengan.

Por ejemplo, un bebé puede tener un retraso del desarrollo si no puede rodar o sentarse solo a una cierta edad. Los bebés que nacieron temprano corren más riesgo de tener retrasos del desarrollo que un bebé de término completo.

Los programas de intervención temprana suelen incluir:

- **Fisioterapia** — una terapia que ayuda al bebé a mejorar la fuerza y coordinación muscular.
- **Terapia ocupacional** — una terapia que ayuda a los bebés a mover los brazos y las piernas, comer y tragar y establecer lazos afectivos. Esas habilidades ayudarán al bebé a crecer y desarrollarse de maneras sanas.
- **Terapia del habla** — una terapia empleada para ayudar al bebé con problemas de habla y lenguaje. Se suele utilizar para ayudar a los recién nacidos con problemas de alimentación.

Usted o el doctor de su bebé puede solicitar otros servicios para saber si hay retrasos del desarrollo. La mayoría de los estados ofrecen cobertura de seguro para estos servicios para bebés que han estado en la NICU.

Si recibe estos servicios para su bebé, se hará un Plan Individual de Servicio Familiar, también llamado IFSP. Este plan tiene la meta de atender las necesidades de su bebé y su familia. Alguien puede ir a su casa o usted tendrá que llevar a su bebé a otro sitio para recibir los servicios.

“A Stephen le diagnosticaron 17 condiciones durante sus 2 meses en la NICU. En la NICU le hicieron mucha terapia y su equipo médico decidió que necesitaría terapia también después de marcharse a casa.

Stephen ha progresado muy bien en su desarrollo. Eso se debe en gran parte a la fisioterapia, la terapia ocupacional y la terapia del habla que recibió. Cumplió casi todos los indicadores del desarrollo”.

ERIN

MAMÁ DE UN BEBÉ PREMATURO

Entender los hitos del desarrollo.

Los hitos del desarrollo son las cosas que la mayoría de los bebés y niños pueden hacer a cierta edad. Por ejemplo: sonreírle a la gente, hacer contacto visual, rodar y dar el primer paso. Estos hitos son habilidades que los bebés y los niños adquieren a medida que crecen.

Cada bebé es diferente y puede llegar a los hitos en edades distintas. Por ejemplo, más o menos la mitad de los bebés aprenden a caminar cuando cumplen un año. Pero algunos bebés pueden

caminar antes a los 9 meses o más tarde como a los 16 meses. Todas esas edades para aprender a caminar son normales. Los hitos son solo guías. Si su bebé nació prematuro o con una enfermedad grave, tal vez no logre esos hitos en las edades indicadas en el cronograma. El profesional de la salud de su bebé evalúa el desarrollo del niño en cada visita.

Usted es quien mejor conoce a su bebé. Hable con el profesional de la salud de su bebé si le preocupa el desarrollo de su bebé.

Para el final del **primer mes** (edad corregida), la mayoría de los bebés pueden hacer estas cosas*:

Movimiento

- Mover los brazos de manera errática
- Llevarse las manos cerca de la cara
- Mantener los puños de lamano apretados
- Mover la cabeza de un lado al otro cuando están bocabajo

Vista y oído

- Se concentran en objetosa una distancia de 8 a 12 pulgadas
- Les gustan los rostros humanos más que otras formas
- Responden a algunos sonidos, como las voces del papá y la mamá
- Pueden girar hacia lossonidos que conocen bien

Olfato y tacto

- Les gustan los olores dulces
- Conocen el olor de la leche de su madre
- Les gusta tocar cosas suaves en vez de ásperas

Para el final del **tercer mes** (edad corregida), la mayoría de los bebés pueden hacer estas cosas*:

Movimiento

- Levantar la cabeza y el pecho cuando están boca abajo
- Sostener bien la cabeza
- Patear cuando están acostados bocabajo o bocarriba
- Hacer fuerza con las piernas cuando tienen los pies firmes en una superficie dura
- Llevarse las manos a la boca
- Agarrar y sacudir juguetes
- Abrir y cerrar las manos

Vista, oído y habla

- Seguir un objeto en movimiento con los ojos
- Sonreírles a las caras y voces que conocen bien
- Comenzar a arrullar
- Disfrutar de jugar con otras personas
- Comenzar a usar las manos y los ojos en coordinación

Aspectos sociales y emocionales

- Comenzar a desarrollar una sonrisa social. Esto es cuando el bebé sonríe en respuesta a algo, tal como cuando lo abrazan o le sonríen
- Disfrutar de jugar con otras personas. También pueden llorar cuando el juego para

Para el final del **séptimo mes** (edad corregida), la mayoría de los bebés pueden hacer estas cosas*:

Movimiento

- Rodar en ambas direcciones (de bocabajo a bocarriba y de bocarriba a bocabajo)
- Sentarse con el apoyo de las manos y sin las manos
- Estirarse para alcanzar un objeto con la mano y usar las manos como un rastrillo
- Pasar objetos de una mano a la otra
- Sostener todo el peso sobre las piernas cuando se los sostiene de pie

Vista, oído y habla

- Responder cuando escuchan su nombre
- Balbucear sonidos (ba-ba-ba-ba-ba)
- Distinguir las emociones por el tono de voz

Aspectos sociales y emocionales

- Les gusta verse en un espejo
- Responden cuando la gente muestra emoción
- Con frecuencia parecen contentos

Razonamiento

- Encontrar objetos escondidos (jugar “peek-a-boo” o “cucú”)
- Explorar objetos con las manos y la boca

Para el final del **duodécimo mes** (edad corregida), la mayoría de los bebés pueden hacer estas cosas*:

Movimiento

- Sentarse sin ayuda
- Colocarse en posición de gateo sobre manos y rodillas
- Gatear
- Alzarse para ponerse de pie
- Caminar sosteniéndose de los muebles y puede que dé algunos pasitos sin ayuda
- Usar el pulgar y el índice para sostener algo

Vista, oído y habla

- Decir “papa” (“dada”) y “mama”
- Decir cosas como “¡oh-oh!”
- Tratar de decir palabras que oyen
- Responder al “no”
- Hacer gestos simples, como sacudir la cabeza para decir “no”
- Balbucear, como si hablara, pero sin decir palabras reales

Aspectos sociales y emocionales

- Encontrar los objetos escondidos con facilidad
- Mirar la imagen correcta cuando se nombra la imagen

Razonamiento

- Explorar objetos de distintas maneras, como agitándolos, golpeándolos, arrojándolos y dejándolos caer
- Comenzar a usar bien los objetos, tal como beber de una taza o cepillarse el pelo

*Adaptado de American Academy of Pediatrics. “Caring for Your Baby and Young Child: Birth to Age 5” (Bantam Books, 2009).
(El cuidado de su bebé y niño pequeño: del nacimiento a los 5 años.)

Palabras que debe saber

apnea — Un problema de la respiración en el que el bebé deja de respirar durante más de 15 segundos.

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

cuidado de enfermería en el hogar — Cuando una enfermera va a la casa de una familia y presta atención médica al bebé.

edad corregida — La edad del bebé según la fecha prevista del parto. Es la fecha que los profesionales de la salud pueden usar para decidir si el bebé está creciendo y desarrollándose de manera sana.

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

hitos del desarrollo — Ciertas cosas que un bebé hace a ciertas edades, como sostener la cabeza, rodar y gatear.

IFSP — Ver Plan Individual de Servicio Familiar.

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.

Plan Individual de Servicio Familiar — También llamado IFSP. Es un plan de servicios especiales para bebés y niños pequeños con retrasos del desarrollo.

profesional de la salud — También llamado proveedor. La persona que da atención médica.

programa de seguimiento del desarrollo — Un equipo de profesionales de la salud que se aseguran de que los bebés estén alcanzando los hitos del desarrollo.

programas de intervención temprana — Programas que prestan servicios a bebés y niños con retrasos del desarrollo y/o con más riesgo de tener retrasos del desarrollo que otros bebés.

reflujo — También se le llama GER o reflujo gastroesofágico. Un problema de alimentación que sucede cuando la comida en el estómago del bebé vuelve a subir durante o después de comer.

resumen de alta — Un informe preparado por un profesional de la salud que muestra lo que sucedió en la NICU. También muestra qué tratamiento puede necesitar el bebé después de la NICU.

retraso del desarrollo — Un retraso grave en el desarrollo físico, mental, conductual o social de un bebé o niño. Por ejemplo, un bebé puede tener un retraso del desarrollo si no es capaz de rodar o sentarse solo a una cierta edad.

RSV — También llamado virus respiratorio sincitial.

sonrisa social — Cuando el bebé sonríe en respuesta a algo, tal como cuando lo abrazan o alguien le sonríe.

tos convulsiva — También se le llama tos ferina. Una infección que se transmite fácilmente y es muy dañina para el bebé. Los bebés y los adultos pueden darse una vacuna para protegerse de la tos ferina y evitar contagiársela a otros.

tos ferina — Ver tos convulsiva.

vacuna Tdap — Una vacuna que ofrece protección contra tres enfermedades graves que incluyen la tos ferina (tos convulsiva).

vacunación — Una inyección que contiene una vacuna. Ayuda a proteger al bebé de ciertas enfermedades.

virus sincitial respiratorio — También llamado RSV. Un virus común que la mayoría de los niños tiene antes de los 2 años de edad. Puede causar enfermedad grave en los bebés nacidos demasiado temprano o que tienen problemas de corazón o de pulmones.

Notas
