

Cuidado del bebé en el hogar

Dar a luz, pasar tiempo en la NICU y traer a su bebé nuevo a casa puede ser agotador. Usted tuvo que adaptarse y aprender tantas cosas.

Puede ser difícil acostumbrarse a estar en casa con su bebé después de una larga estadía en la NICU. Si tiene preguntas, puede llamar al profesional de la salud de su bebé. Además, puede pedir ayuda a sus familiares, amigos y vecinos. Quizás le resulte útil conseguir apoyo de otras familias cuyos bebés también estuvieron en la NICU. Visite compartasuhistoria.org. Aquí se puede conectar con otras familias que pasaron de la NICU al hogar.

Si tiene otros hijos, hableles de cómo será la vida con el bebé nuevo antes de que lo traiga a la casa. Es normal que los niños sientan celos, ira, culpa y preocupación cuando su hermano o hermana está en la NICU. La forma en que sus hijos reaccionan al bebé depende de su edad. Hágalos participar en la celebración de bienvenida. Si tienen edad suficiente, déjelos que la ayuden a cuidar al bebé.

Estos son algunos pensamientos y sentimientos comunes de padres de la NICU después de irse del hospital:

- Temo que mi bebé se vuelva a enfermar.
- Me preocupa salir con mi bebé donde hay mucha gente.
- Me siento sola ahora que estamos en casa.
- Me preocupa que otras personas cuiden a mi bebé.
- Nadie parece entender lo difícil que ha sido para nosotros.
- Después de esta etapa en la NICU, he cambiado como persona y extraño mi vida anterior.
- Me siento culpable y triste porque mi bebé estuvo en la NICU.

Es normal tener esas emociones y pensamientos. Así se sienten muchos padres de la NICU. Tenga en cuenta que cada día aprenderá más sobre su bebé. Es una etapa que toda la familia debe afrontar.

Notas
