



SIBEN®

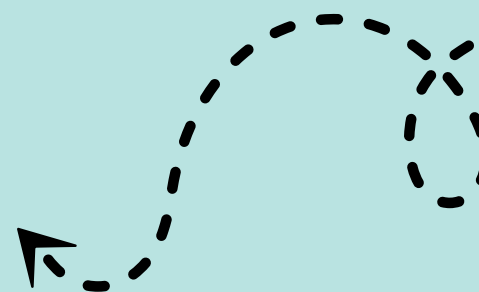
Mejorando el cuidado neonatal

FAMISIBEN | CUIDE-SIBEN

YA NO ESTAMOS EN LA NEO

Preparando la bienvenida al hogar

Documento para familias



REALIZADO POR
FAMISIBEN
CUIDESIBEN

¿CÓMO ORGANIZARNOS EN FAMILIA PARA RECIBIR AL NUEVO O NUEVA INTEGRANTE?



El nacimiento de un bebé antes de tiempo o con una enfermedad grave, conlleva en muchos casos y de forma necesaria a la internación en una Unidad Neonatal, Unidad de Cuidado Intensivo Neonatal, UCIN, o simplemente “la Neo”.

Después de un tiempo, que dependerá de la evolución de cada bebé, y cuando la situación de salud se estabiliza o mejora, llega uno de los momentos más esperados:

_QUE SU PEQUEÑO O PEQUEÑA RECIBA EL ALTA, Y ASÍ PODER IR A CASA CON TODA SU FAMILIA.

EL “ALTA MÉDICA”: ESE MOMENTO TAN ESPERADO QUE SEGURAMENTE USTEDES DESEARON INTENSAMENTE

La noticia del alta genera mucha felicidad, pero también puede generar otras emociones como estrés, ansiedad, angustia, incertidumbre, inseguridad y miedos.





SIBEN®

Mejorando el cuidado neonato

¿Por qué?

Porque durante la internación en “la Neo”, el bebé ha recibido, día y noche, el cuidado de un equipo entrenado y especializado.

Médicos, enfermeros y muchos otros han atendido sus necesidades.



PERO...

¿QUÉ OCURRIRÁ CUANDO NOSOTROS COMO PADRES DEBAMOS AFRONTAR ESTE DESAFÍO DE CUIDAR A NUESTRO HIJO/A EN CASA?

Recuerden que es muy importante participar del cuidado del niño/a durante la internación, es **UN DERECHO**, tiene muchos beneficios para él/ella y para ustedes como padres.

Estar el mayor tiempo posible a su lado, tenerlo en brazos, alimentarlo, asearlo y mucho más... Todo esto que ha ocurrido durante la internación ayuda a que esta situación del alta sea menos “difícil” porque ustedes ya han sido parte de ese equipo de cuidado especializado.

Todo lo aprendido en “la Neo” durante la internación de su hijo o hija es muy importante. Por eso deben aprovechar ese espacio al máximo posible y sentirse parte del cuidado en forma conjunta con todo el equipo de salud.

SIN EMBARGO, AUN ASÍ, ES ESPERABLE QUE ESTE CAMBIO (DESDE LA NEO AL HOGAR) GENERE ANSIEDAD Y ESTRÉS.



SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal

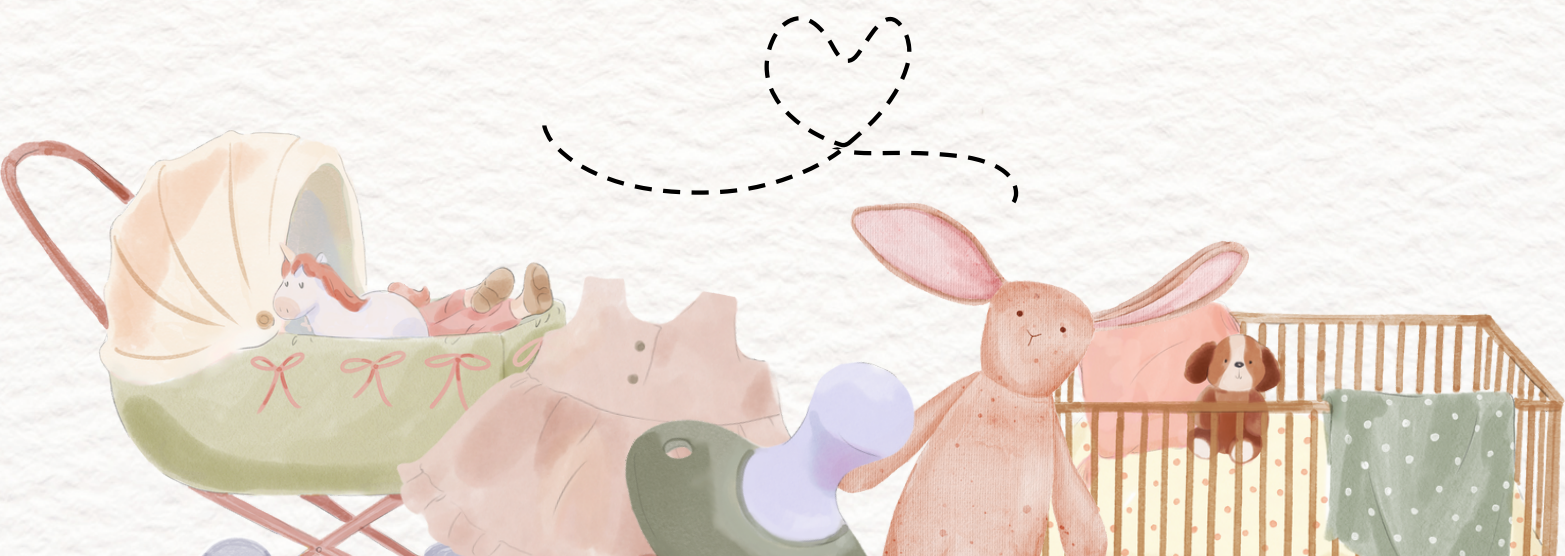
ALGUNOS ASPECTOS PARA TENER EN CUENTA:

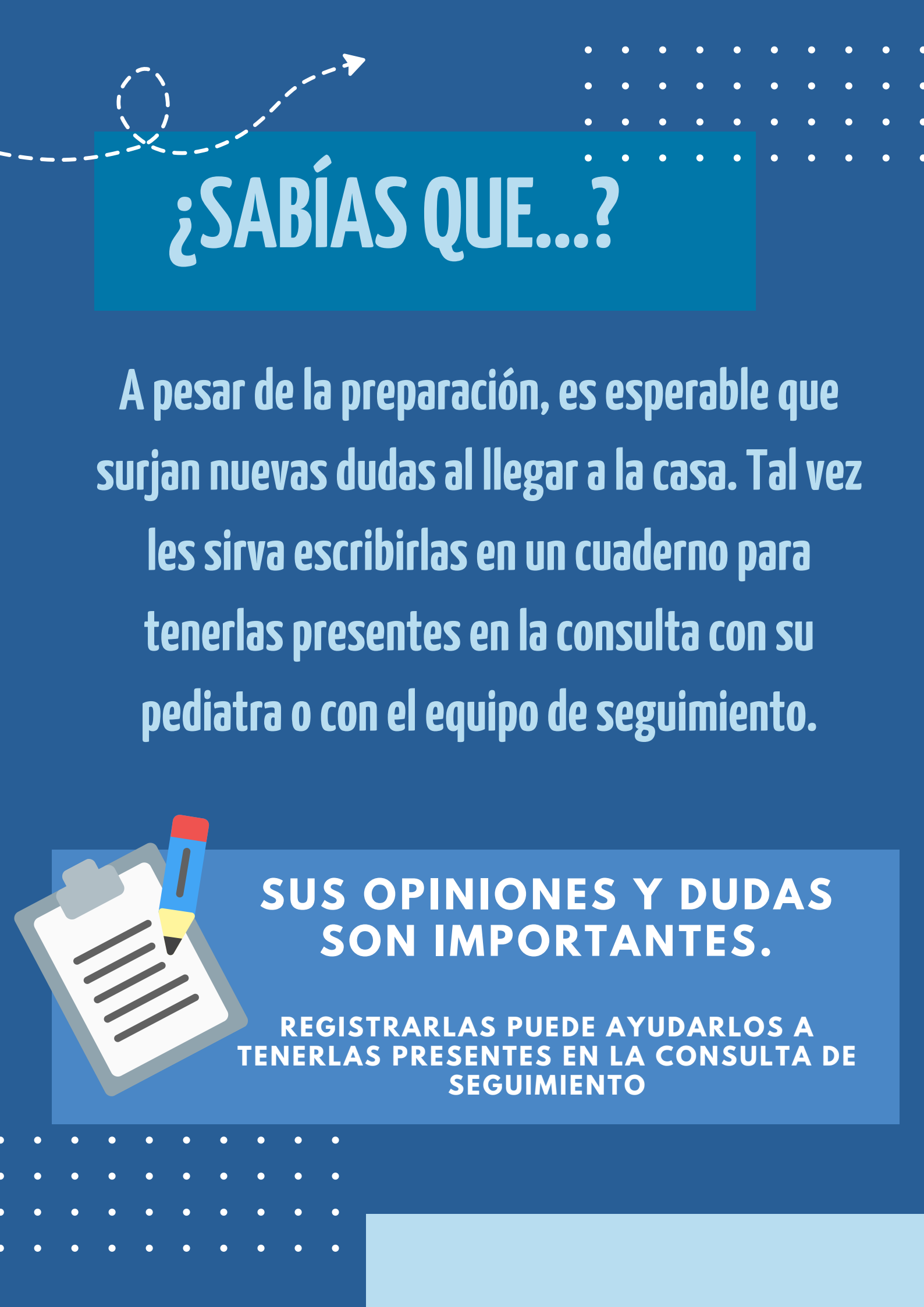


Su opinión como mamá, como papá o como cuidador principal, así como el de todas las personas que estarán al cuidado del bebé en el hogar es muy importante y resulta primordial que todas las dudas estén resueltas antes del regreso a la casa.



Los médicos y enfermeros suelen decir que el alta es un "proceso", no porque sea muy difícil, sino porque es un aprendizaje en etapas. Para que esto ocurra ustedes necesitarán un tiempo, no ocurre de un día para otro.





¿SABÍAS QUE...?

A pesar de la preparación, es esperable que surjan nuevas dudas al llegar a la casa. Tal vez les sirva escribirlas en un cuaderno para tenerlas presentes en la consulta con su pediatra o con el equipo de seguimiento.



**SUS OPINIONES Y DUDAS
SON IMPORTANTES.**

**REGISTRARLAS PUEDE AYUDARLOS A
TENERLAS PRESENTES EN LA CONSULTA DE
SEGUIMIENTO**

SE ACERCA EL REGRESO A CASA

¿Qué ocurre cuando este proceso del alta se inicia y se prevé que en poco tiempo su hijo/a regresará a casa?




- El personal de Enfermería los habrá entrenado y ustedes ya conocerán los cuidados básicos del bebé, como su alimentación, la forma de sostenerlo y colocarlo, su higiene o el descanso y las condiciones de sueño seguro.
- Los profesionales los irán informando si el bebé tiene posibles necesidades especiales en el domicilio, por ejemplo, respecto al manejo de sondas, oxígeno o aparatos para respirar (sólo si el bebé lo necesita). Esto puede hacer que haya que adaptar el espacio en casa.

Es esperable en esta etapa que haya momentos en los que se sientan inseguros alternando con otros en los que se vean plenamente capaces de hacerse cargo del cuidado en la casa. Es importante saber que esto puede suceder, y que pueden pedir ayuda si la necesitan.




• En especial cuando el cuidado de algunos niños se hace más complejo por sus condiciones de salud es necesario contar con personas cercanas y de confianza (familiares, amigos...) para que nos ayuden en la tarea. Se llaman redes o círculos de apoyo.

• Ustedes pueden sentirse desbordados por las necesidades de sus hijos, por los requerimientos de su vida cotidiana y tener dudas sobre qué hacer, ¡No existen las preguntas absurdas!

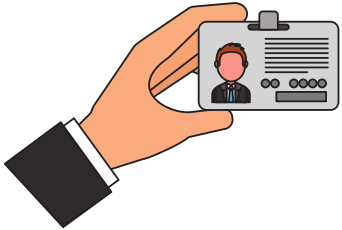


Muchos bebés que estuvieron en la Unidad Neonatal requieren un seguimiento especializado por un equipo de profesionales multidisciplinario.

Es importante que puedan conocerlos antes de irse a casa y coordinar con ellos cuándo y dónde podrán volver a verlos



¿Tenemos lo que necesitamos para irnos a casa?



1- Documentos del bebé. Inscripción en el Registro Civil: DNI- certificados. Resumen de historia clínica. Estudios. Carnet o cartilla de inmunizaciones (vacunas).



2- Profesionales referentes. ¿Quién será el pediatra de cabecera de mi hijo/hija? ¿Cuál será mi Centro de salud de referencia? Tengo los turnos con los especialistas, ¿quiénes?, ¿cuándo? Conocer cuáles son los recursos de la comunidad y servicios de apoyo que pueden ayudarme. El seguimiento ambulatorio por equipos interdisciplinarios es fundamental.



3-¿Puedo identificar si algo anda mal? ¿Cuáles son los signos de alarma para consultar?,¿Cómo actuar ante una urgencia? ¿Dónde concurrir ante una urgencia?

4- ¿Tengo toda la información que necesito? ¿La entiendo? ¿La puedo compartir?

5-¿Tengo todo lo que puedo necesitar en casa?

a. Para la alimentación: lactancia materna primordial, pero si ésta no es posible, fórmulas lácteas.

b. Medicamentos, aportes vitamínicos, hierro. ¿Cómo se administran? ¿Cuándo?

c. Otros: sondas u otros materiales en el caso de necesidades especiales de cada niño/a.





Ya estamos
en casa

Sí
podemos



**RECONOCERSE COMO COMPETENTES
PARA SER PADRES; SOY CAPAZ DE
TOMAR DECISIONES; DE CUIDAR,
PROTEGER Y AMAR A MI BEBÉ.**



SIBEN®

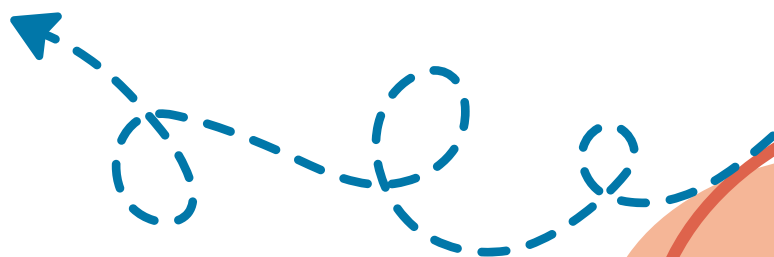
Mejorando el cuidado neonatal

EN EL HOGAR



Cada familia es diferente, por lo tanto, las adaptaciones, los espacios, los materiales y la ayuda que necesiten puede cambiar.

Incluso para una misma familia puede haber cambios en sus propias necesidades en diferentes etapas





SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal



LA HABITACIÓN

Lo ideal es contar con una habitación para el bebé.

Si no es posible la habitación compartida debe ser **adaptada** lo mejor que se pueda.

El espacio idealmente deberá tener pintura lavable y de color suave, luz natural, que se pueda airear, temperatura agradable.

Mantener los ambientes libres de humo, que nadie fume dentro del hogar





SIBEN®

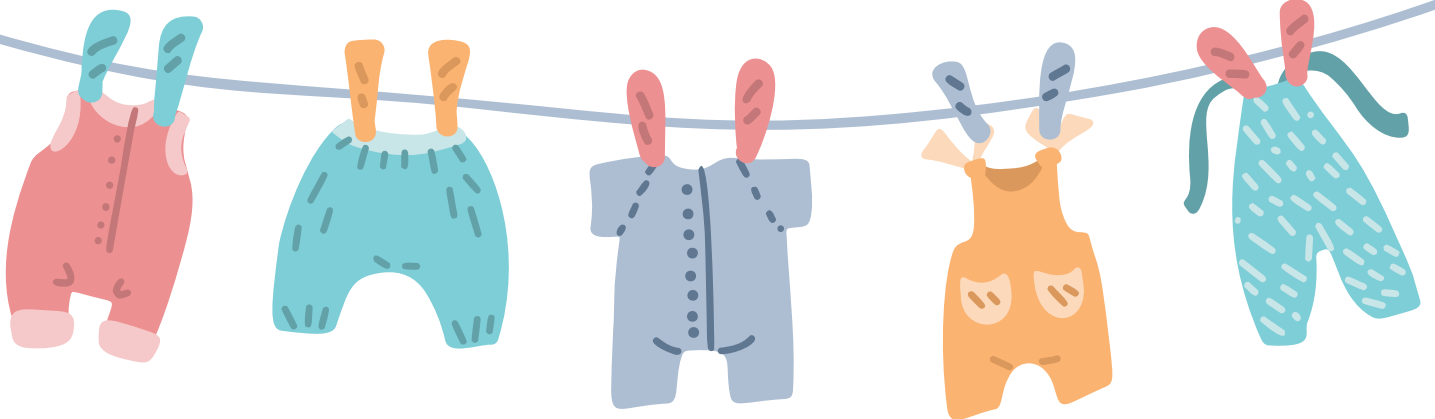
Mejorando el cuidado neonatal



LA ROPA

Escoger ropa holgada y cómoda, que no le comprima, evitando que sude.

La ropa debe estar hecha de materiales suaves y no alergénicos como el algodón.





SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal



EL SUEÑO

Respetar todo lo posible el ritmo del sueño.

Acostar siempre al bebé boca arriba, que sus pies se apoyen en la parte inferior de la cama, que no se deslice al dormir, los brazos arriba de la sábana.

Que el colchón donde duerma sea firme. No usar almohada.

No cubrir la cabeza para dormir.





SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal

POSTURA

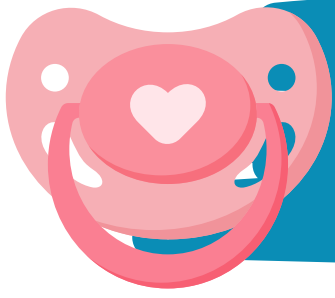
Cuando el bebé esté despierto, pueden ponerlo en posición acostado boca abajo, le va a permitir desarrollar y fortalecer los músculos de la cabeza, cuello, brazos, espalda y abdomen. Las posturas en flexión dan más posibilidad de autoorganización, facilitan que el bebé esté simétrico y hacia la línea media. Mantener al bebé en diversas posiciones.





SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal



EL CHUPETE

Los niños/as pueden beneficiarse con el uso del chupete y esto no afecta que mantengan una alimentación al pecho exitosa.



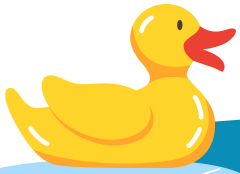
- No lo uses para demorar el momento de la alimentación.
- Si tu bebé tiene hambre, debe ser alimentado, los bebés no tienen horarios fijos.
- No le cuelgues cintas o cadenas al cuello de tu bebé.
- No lo limpies pasándolo por tu boca.
- Evaluar atentamente que no esté roto ni tenga partes flojas.
- No le pongas miel ni azúcar.





SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal

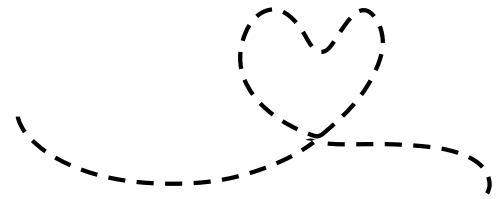


EL ASEO

Nunca dejes solo a tu bebé durante el baño. Es importante tener todos los elementos necesarios al alcance previo al mismo.



Probar con tu mano o brazo el agua antes bañarlo para que no esté demasiado caliente.



El baño diario relaja mucho y es también una ocasión para relacionarse, pudiendo hacer partícipes a los hermanos.

Es importante establecer una rutina del baño y que todos puedan disfrutarlo.



Emplear jabones neutros y sin perfume. Evitar talcos y productos perfumados.



SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal



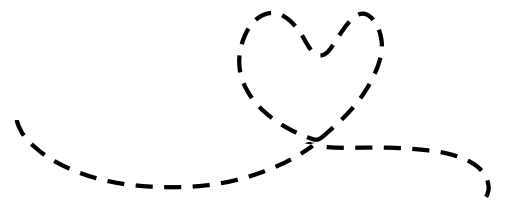
EL LLANTO

Es su forma de comunicarse



Tener en cuenta que los bebés lloran para **expresarse**, ya sea por malestar o distintas situaciones (hambre, sueño, calor, dolor).

A medida que pase el tiempo muchos padres entienden con más claridad y reconocen las diferencias de cada llanto.





SIBEN®

Mejorando el cuidado neonatal



IMÁGENES Y SÓNIDOS

Recuerden que el mejor estímulo visual para el bebé es la cara de su madre, o cuidador principal.



Promuevan durante la alimentación, el baño, el cambio de ropa o pañal, el contacto visual con él, asegúrese que el niño lo mire.

¡No al uso de celulares o televisión en estos momentos!

La voz materna y de la familia son el mejor estímulo auditivo, por eso hablele con un tono de voz normal, cántele y acarícielo con frecuencia, principalmente en las actividades cotidianas. Carguen y abracen al bebé, no limite estas expresiones que fortalecen el apego y autoestima de ustedes hacia el niño.

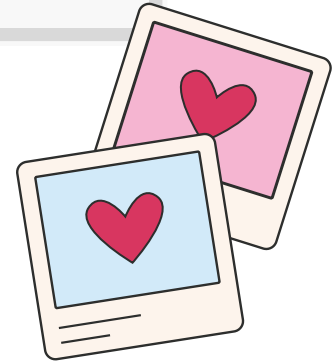


LA FAMILIA

El regreso del niño/a al hogar puede ocasionar cambios en la estructura familiar.

Los hermanos deberán aprender a compartir el tiempo del que disponen sus padres y que antes les dedicaban sólo a ellos.

Resulta importante facilitar los encuentros con el hermano o hermana desde la Unidad Neonatal, mostrarles fotos, videos y/o pedirles que hagan un dibujo para su hermano/a menor, que lo conozcan y lo visiten.



PONER FOTOS DEL BEBÉ EN LA CASA AL LLEGAR EL NUEVO INTEGRANTE AL HOGAR,




EL CAMBIO EN SU COMPORTAMIENTO ES NORMAL, PUDIENDO APARECER CELOS ANTE EL BEBÉ QUE REQUIERE ATENCIÓN Y CUIDADOS.



SEGÚN LA EDAD PUEDEN TENER CAMBIOS REGRESIVOS, POR EJEMPLO, VOLVER A MOJAR LA CAMA SI YA LO HABÍA DEJADO DE HACER. LOS CAMBIOS DE HUMOR TAMBIÉN PUEDEN SER FRECUENTES.

NO TODOS LOS NIÑOS MANIFIESTAN LOS CELOS CON RABIETAS, OTROS PUEDEN TENER ALTERACIONES DEL SUEÑO Y DEL APETITO.



Es importante hablar con ellos, conocer sus temores, darles cariño, tiempo de calidad, con el fin de disminuir en lo posible su sensación de sentirse desplazado.

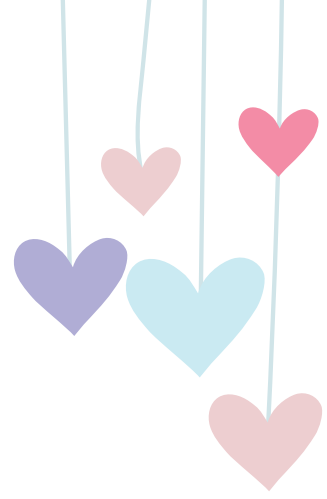
Compartir momentos y hacerlos partícipes de las actividades en familia. Hablar con ellos, leerles cuentos sobre el tema.



“ Hay libros para niños que constituyen excelentes recursos para explicarles qué significa la llegada de un bebé, desde el embarazo hasta los primeros meses de vida del nuevo hermanito, ayudarlos y ver el tema desde su perspectiva, comprenderlos y que se sientan comprendidos. ”



LAS RELACIONES CON SU PAREJA TAMBIÉN PUEDEN MODIFICARSE CON LA LLEGADA DEL NUEVO MIEMBRO. MANTENGAN EL DIÁLOGO FRECUENTE Y HONESTO SOBRE LO QUE SIENTEN. ES IMPORTANTE QUE DESCANSEN Y SE DISTRIBUYAN LAS TAREAS PARA NO SENTIRSE AGOBIADOS.



¿Por qué me siento triste en este momento que debería estar feliz?

No es infrecuente para la mamá tener sentimientos de tristeza, cambios de humor, melancolía después del parto.

Sin embargo, estos sentimientos deben diferenciarse de otros más prolongados como cambios graves de humor, dificultad para establecer un vínculo con el bebé, perder el apetito o comer mucho más de lo habitual, incapacidad para dormir (insomnio) o dormir demasiado, mucha fatiga o falta de energía, irritabilidad, desasosiego o sentimientos de inutilidad, vergüenza, culpa o ineptitud. Ante el inicio de cualquiera de estos síntomas, consultar con un especialista y pedir ayuda.

La depresión posparto es común y tiene tratamiento.



LA PREVENCIÓN

Importante que ustedes y todos los que cuidan al niño o lo visitan puedan cumplir con estas medidas



PREVENCIÓN DE INFECCIONES

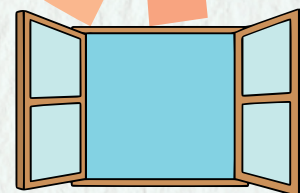
Es importante no olvidarse que, si su bebé es menor de 3 meses, o ha sido prematuro, o tiene alguna enfermedad crónica cardiológica o respiratoria, es de mayor riesgo para que las enfermedades respiratorias progresen más rápidamente y presentar formas más graves de las mismas.

EN TODOS LOS CASOS MEDIDAS SENCILLAS PUEDEN AYUDAR A PREVENIR LAS INFECCIONES:

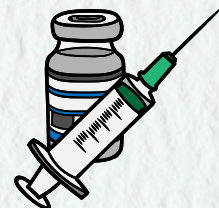
Lavado de manos
NO olvidar, es muy importante



Ventilación de la habitación y los ambientes una vez al día.



Inmunizaciones del bebé y los convivientes.



Si alguien que presenta algún cuadro infeccioso y quiere venir a conocer al bebé, posponer el encuentro para cuando se haya recuperado.



El exceso de visitas aumenta el riesgo de contagio de enfermedades, sobre todo en época invernal. En lo posible el primer tiempo limitar las visitas al círculo afectivo íntimo.



CUNA

No colocarla en zonas de corrientes de aire. Que tenga una base estable y el contorno interno protegido. Es importante cambiar los estímulos de lado para que el bebe explore todo el ambiente y mueva su cabeza para ambos lados.



BUTACA

Usar siempre la silla de seguridad en los automóviles, vigilar la posición del cuello para evitar la obstrucción de la vía aérea. Los niños menores de 10 años deben viajar en el asiento trasero del automóvil.

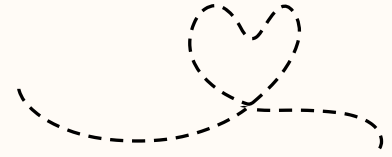


MEDICAMENTOS

Medicamentos, aportes vitamínicos, hierro. ¿Cómo se administran? No administrarlos en la penumbra, tener siempre buena iluminación al momento de prepararlos para evitar accidentes.



ESTAR ATENTO A LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES



CARRO DE PASEO O "COCHECITO" (CARREOLA)

Tener en cuenta que tenga freno, ruedas grandes. No usarlo alto, en posición de silla de comer al andar por las calles. Que el niño viaje siempre atado en el coche para evitar deslizamientos y caídas.



JUGUETES

Los juguetes deben ser tranquilos, de colores brillantes, formas redondeadas, de tamaño suficientemente grande para que no pueda ser tragado, que no se desarme, hechos con pinturas no tóxicas. Los niños se llevan todo a la boca.



SIBEN[®]

Mejorando el cuidado neonatal

SIGNOS DE ALARMA



**¿CUÁNDO DEBO CONSULTAR?
¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE ALARMA?**

¿Le pasa algo al respirar? ¿Respira mal?:

hunde las costillas al respirar, respiración más rápida de lo normal, aleteo nasal (abre más las fosas nasales para respirar), la respiración es similar a un quejido, hace pausas al respirar, presenta coloración azulada en labios, está muy irritable, le cuesta dormirse, le cuesta prenderse al pecho, tiene dificultad para succionar, tragar y alimentarse, está muy dormido y no quiere comer (somnoliento, letárgico).

¿Se pudo haber deshidratado? Si su bebé presentó vómitos o diarrea y: llora sin lágrimas, orina poco, mucosas secas, no tolera lo que toma o come, agitación.

Cambios de color en la piel: si la piel se torna de color azul (cianótico) o pálido especialmente en labios y cara.

Si tiene fiebre alta (>38 °C) en menores de 3 meses.

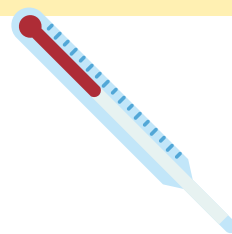
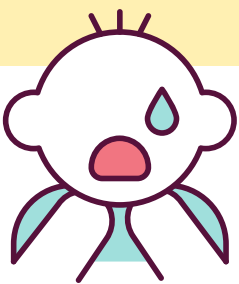
Si tiene hipotermia (temperatura menor a 36°C)

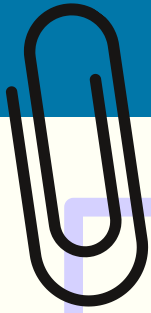
Si presenta un sangrado importante

Si presenta alguna alteración en su comportamiento habitual: rechace la alimentación, falta de respuesta a estímulos, somnolencia o irritabilidad excesiva, presencia de movimientos anormales, mirada fija

Si presentó un traumatismo de cráneo, golpe fuerte en la cabeza

Si presenta lesiones en piel, manchas que no desaparecen al apretarlas





Para ser mamá o papá no hay recetas.

Cada hijo o hija es irrepetible, una persona única con la que se establece una relación original y especial. Así, la crianza refleja ese modo especial de entender al niño, sus necesidades y su forma de ser. Ser padres implica muchas responsabilidades: cuidar, alimentar, abrigar, proteger, educar. Pero también contiene el derecho y la enorme felicidad de poder disfrutar de cada hijo o hija: hablarle, mimarlo, abrazarlo, mirarlo, escucharlo.

Acompañarlo en su crecimiento y desarrollo.





YA NO ESTAMOS EN LA NEO

Preparando la bienvenida al hogar

Documento para familias

**REALIZADO POR
FAMISIBEN
CUIDESIBEN**

