|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

# Obtener información del equipo de atención médica: Información para los padres

Como padres, ustedes son las personas más importantes en la vida y el cuidado de su bebé. El equipo de atención médica de su bebé necesita que usted le ayude a cuidar de su bebé. Usted puede hacer esto de muchas formas:

* Vaya a la unidad de cuidados intensivos neonatales (UCIN) tan pronto como pueda después del nacimiento de su bebé. Conozca su a bebé. Ayúdenos a conocer su patrón de comportamiento, lo que le gusta o no le gusta y como se comunica. Deje que su bebé escuche su voz y sienta su toque: ambos son reconfortantes y conocidos para su bebé.
* Conozca los cuidados que le puede brindar a su bebé (por ejemplo, tomar su temperatura, cambiarle el pañal, bañarlo, alimentarlo y calmarlo).
* Si el equipo de atención médica utiliza palabras que no entiende, solicíteles que se las expliquen.
* Hable con los cuidadores de su bebé con frecuencia. Es útil que anote las preguntas, cualquier cosa que le preocupe o lo que desee compartir acerca de su bebé. Hable con la enfermera asignada a su bebé y con el médico o enfermera especialista.
* Aprenda todo lo que pueda acerca de las fortalezas y las diferencias de su bebé.
* Hable con el proveedor de atención médica de su bebé o con el personal de enfermería sobre cuándo puede iniciar el cuidado canguro. Esta es una manera especial de sostener a su bebé en que se le coloca sobre su pecho desnudo y se le cubre con una cobija.

Muchos estudios han demostrado beneficios tanto para el bebé como para los padres de esta manera de sostenerlo. El cuidado canguro proporciona calor, amor y bienestar a su bebé y se debe realizar a diario cuando su bebé se encuentre estable.

En esta unidad, la mejor forma y el mejor momento de participar es

 .

Le pedimos que respete la privacidad de otros bebés y no haga preguntas acerca de ellos ni hable de ellos con los demás.

Es importante que cuide de sí misma, su bebé necesita de usted. Dedique tiempo a hablar con su familia y amigos todos los días. Hable de sus sentimientos y preocupaciones. Busque amigos o familiares que puedan ayudarle con las tareas diarias o que le ofrezcan apoyo. Pudiera ser beneficioso hablar con un trabajador social o capellán. Infórmele al personal si tiene dificultades para comer o dormir.

No se olvide de pedirle al equipo de la UCIN información sobre grupos de apoyo o sitios web que pudieran ser útiles.