

¡Bienvenidos a la unidad de cuidados intensivos neonatales (UCIN) de Shannon Medical Center!

Tener un bebé en la UCIN puede ser impredecible y difícil para toda la familia. A veces, los cuidadores se sienten divididos entre el autocuidado, el cuidado de su nuevo bebé y el cuidado de los demás miembros de su familia, especialmente si tienen otros hijos. Sea amable con usted mismo; está haciendo lo mejor que puede en una situación difícil. Usted es la persona más importante para sus hijos, y cuidarse adecuadamente le permite seguir brindándoles un buen cuidado.

Cuídese de la siguiente manera:

- Coma y beba con regularidad.
- Duerma cuando le sea posible.
- Salga al aire libre para respirar aire fresco.
- Utilice redes de apoyo saludables.
- Dedique tiempo a realizar actividades relajantes para usted.
- Hay salas de extracción de leche disponibles. Solicite asistencia al personal de enfermería o de lactancia para obtener información sobre su uso.
- Si necesita apoyo, comuníquese con el departamento de vida infantil.

Cómo apoyar a los bebés en la unidad de cuidados especiales neonatales:

- Un entorno tranquilo y silencioso en la UCIN beneficia a todos los bebés. Algunos bebés son especialmente susceptibles a los ruidos fuertes, las voces y los medios de comunicación. Por favor, ayude a mantener un ambiente terapéutico.
- Visitas frecuentes de cuidadores. Usted es muy importante para su bebé.
- Objetos con el aroma de sus seres queridos colocados cerca de los bebés, para brindarles el reconfortante olor de quienes aman.
- Familiarícese con las actividades de cuidado del desarrollo de iRainbow y brinde diariamente los cuidados que coincidan con la tarjeta de color de evaluación de su bebé.
- Ser sostenido en brazos, especialmente en contacto piel con piel, o recibir un toque suave si no es posible el contacto piel con piel.
- Que se le hable, se le cante o se le lea. Los libros están disponibles en el carrito blanco ubicado en la estación del lavabo.
- Recibir apoyo durante los procedimientos.
- Consulte los carteles de Posición de Confort ubicados en la sala de recién nacidos para obtener información específica sobre el apoyo durante los procedimientos médicos.
- Los cuidadores se encargan de la alimentación una vez que se inicia.

Apoyo entre hermanos

Incluir a los hermanos en la experiencia de la UCIN es importante para el desarrollo familiar, pero conlleva desafíos únicos debido a la naturaleza del entorno de la UCIN y las necesidades especiales de los bebés. Algunos hermanos pueden tener dificultades con:

- Confusión sobre dónde está el bebé y qué está sucediendo.
- Sentimientos difíciles o confusos sobre las necesidades o la salud del recién nacido.
- Miedo a enfermarse ellos mismos o a que otros enfermen.
- Estrés relacionado con presenciar el estrés que experimentan otros miembros de la familia.
- Alteración de la rutina.
- Dificultad para separarse de los cuidadores.
- Perderse la oportunidad de conocer a su nuevo hermano.
- Adaptación a un nuevo miembro de la familia, como sentimientos de celos, ira o soledad.

Algunos comportamientos comunes entre hermanos pueden incluir:

- Enojarse con facilidad.
- Mal comportamiento, que a menudo se debe a emociones abrumadoras.
- Mayor apego o comportamientos exigentes.
- Alteraciones en la alimentación y/o el sueño.
- Comportamientos regresivos como mojar los pantalones o chuparse el dedo.
- Tener dificultades en la escuela.
- Negativa a hablar sobre el recién nacido o falta de interés en hablar sobre él.

Se fomenta la conversación abierta y honesta sobre la necesidad de que el bebé esté en una zona especial del hospital llamada UCIN. Los siguientes libros pueden ser útiles para entablar conversaciones y responder preguntas; o bien, un especialista en vida infantil puede ayudar a conversar y brindar apoyo a toda la familia, incluidos los hermanos.

[My Sister is a Premie*](#) o [My Brother is a Premie*](#)

- Estos libros son útiles para explicar por qué un bebé tiene que quedarse en el hospital y qué se está haciendo por él o ella. Esto resulta especialmente útil antes de que los hermanos vean al bebé por primera vez.

[An Invisible String*](#)

- Este libro es útil para explicar que, incluso cuando estamos separados de nuestros seres queridos, siempre estamos conectados por el amor que nos tenemos.

**Disponibles para su familia en el vestíbulo, fuera de la sala de recién nacidos con cuidados especiales. Por favor, devuélvalos al compartimento de libros para que otras familias puedan utilizarlos después de leerlos.*

Consejos útiles para hermanos

- Los niños comprenden la comunicación verbal mucho antes de poder expresar información verbalmente. Por lo tanto, se debe compartir información sencilla incluso con los niños muy pequeños.
- Traiga a los hermanos para que vean al bebé. Las visitas a través de la ventana de la UCIN pueden organizarse ocasionalmente, dependiendo del estado de la unidad, con el personal de enfermería y/o del área de vida infantil.
- Las actualizaciones frecuentes sobre el progreso del bebé pueden ser beneficiosas, así como compartir fotografías con explicaciones del equipo que se está utilizando para su cuidado. Cuando no se comunica información clara de forma regular y adecuada a la edad de los niños, su ansiedad puede aumentar.
- Compartir información sobre el pronóstico puede ayudar a disminuir la ansiedad y a establecer expectativas realistas. Por ejemplo, podría decir: "El bebé B podrá volver a casa cuando pueda respirar lo suficientemente bien como para no necesitar ayuda para respirar y pueda tomarse todos sus biberones. Los médicos creen que esto ocurrirá en 3 semanas, pero podría tardar más. Te mantendré informado".
- Programar momentos especiales con los hermanos y los cuidadores.
- Mantener la regularidad en los horarios y la disponibilidad de cuidadores siempre que sea posible. Si familiares o amigos ayudan a cuidar a los hermanos en casa, se recomienda que sean los mismos cuidadores.
- A veces, los niños piensan que es culpa suya que el bebé tenga que permanecer en la UCIN. No siempre externalizan estos sentimientos. Por favor, tranquilícelos asegurándoles que no hicieron nada mal y que no es su culpa que el bebé necesite estar en la UCIN para recibir ayuda adicional.

Algunos padres de bebés ingresados en la UCIN han encontrado útil el siguiente sitio web:

<https://handtohold.org/nicu-family-support/educational-resources-for-nicu-parents/>

Nuestro departamento de vida infantil brinda apoyo emocional y educativo a las familias y a sus hijos. Puede comunicarse con la especialista en vida infantil al 325-747-6198 o a elizabethbailey@shannonhealth.org.

