

## Diez consejos para ayudarles a obtener lo que necesitan

La buena comunicación es siempre importante, pero es de vital importancia cuando su bebé ingresa a la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (Neonatal Intensive Care Unit, NICU). Si bien tener un bebé en la NICU es estresante, puede parecer incluso peor si sienten que no entienden lo que está pasando. Afortunadamente, el personal de la NICU está para ayudarles. Con el apoyo adecuado, todos los padres pueden aprender a transitar por la NICU y convertirse en defensores fuertes, capaces e informados de sus bebés.

Al aprender las habilidades que necesitan para comunicarse con claridad y eficacia con el equipo de cuidados de su bebé, construirán relaciones sólidas basadas en el respeto y la confianza mutuos, y esto beneficiará a su bebé. Estos consejos les ayudarán a hablar con el equipo de cuidados de su bebé.



### 1. Hagan preguntas

Estén preparados para hacer muchas preguntas relacionadas con el cuidado de su bebé. Quizás deseen escribir las preguntas a medida que las piensan. Pidan ayuda para aprender el significado de los términos y las abreviaturas médicas. A veces, cuando reciben mucha información a la vez, puede resultar confuso y pueden olvidarse con facilidad. Traten de llevar un diario y escribir la información importante. Así pueden consultarlo luego y pensar en ello. Además, asegúrense de escribir los nombres de todas las personas que cuidan a su bebé. Esto les ayudará a recordar quiénes son.

### 2. Asegúrense de que comprenden

Los padres deben esperar que los médicos y el personal de enfermería escuchen sus preguntas y las respondan de manera adecuada. Como padres del bebé, es su derecho recibir respuestas a sus preguntas. Sin embargo, depende de ustedes asegurarse de que comprenden las respuestas. Una buena manera de hacerlo es pedir al médico o al personal de enfermería si pueden repetir la respuesta que escucharon. Esto puede evitar muchos malentendidos en la NICU.

### 3. Sean parte del equipo

Si bien los médicos y el personal de enfermería ofrecen los cuidados altamente especializados que su bebé necesita, siempre recuerden que ustedes, como padres, son las personas más importantes del mundo para su bebé. Estén presentes para su bebé y ayuden con su cuidado. Manténganse al lado de su bebé y aprendan todo lo que puedan acerca de su afección. No solo es importante para su bebé, sino que muestra al equipo médico que están listos para ayudar en los cuidados de su bebé. Aun si no pueden estar presentes, llamen y pidan actualizaciones. El médico y el personal de enfermería les darán la bienvenida como miembros importantes del equipo a medida que les vean y hablen con ustedes.

### 4. Sean respetuosos y esperen respeto a cambio

Respeten las reglas y las rutinas en la NICU. Estas reglas y rutinas se basan en los estándares de las mejores prácticas en la NICU, y han sido establecidas para ayudar a su bebé. De la misma forma, deben esperar el respeto del personal de la NICU. Cuando soliciten algo, esto debe considerarse con una respuesta adecuada. Como padres de un bebé en la NICU, jamás deben ser ignorados. Recuerden que ustedes son las personas más importantes del mundo para su bebé. También ustedes deben mostrar respeto hacia las demás familias en la NICU. Tal vez sus necesidades sean distintas a las suyas, pero también merecen respeto mientras se encuentran en la NICU.

## 5. Sean flexibles

Sean flexibles mientras cambia la afección de su bebé. Las necesidades de los lactantes cambian continuamente, y la rutina y el cuidado que funcionaron ayer tal vez no funcionen hoy. Sean flexibles y mantengan una actitud abierta mientras cambian las necesidades de cuidado de su bebé. Recuerden que forman parte de una comunidad más grande de padres de bebés en la NICU a los que también se les pide que sean flexibles.

## 6. Soliciten revisar el registro médico de su bebé

Ustedes tienen el derecho de acceder a la información médica de su hijo, pero la mayoría de los hospitales cuentan con políticas relativas a la revisión de la historia clínica durante la estadía del bebé en el hospital. Pueden solicitar ver la historia clínica de su bebé en cualquier momento, pero es mejor sentarse y revisarla junto con el médico de su bebé. Les podrá ayudar a comprender su contenido y su significado. Al revisarla de manera conjunta, se abren líneas de comunicación, y se fortalece la confianza entre ustedes y el equipo médico de su bebé. Después de que su bebé recibe el alta, ustedes pueden solicitar una copia del registro médico a través del Departamento de registros médicos del hospital.

## 7. Aprendan a solucionar problemas

Cuando haya problemas, estén preparados para ofrecer soluciones. Por ejemplo, si sucede algo que les preocupa, hablen con el médico, la enfermera practicante, el jefe de personal de enfermería o el personal de enfermería. Expliquen su preocupación y ofrezcan sugerencias que puedan mejorar la situación. Recuerden que ustedes son los defensores de su bebé, y expresen sus inquietudes y posibles soluciones por el bien de su bebé. Si están preocupados por alguien específico del personal de enfermería, hablen con el jefe de personal de enfermería para expresar sus preocupaciones.

## 8. Solucionen las rupturas de la comunicación

Si hay un problema que necesitan abordar, busquen primero al jefe de personal de enfermería, después al gerente de la unidad y luego al director de la unidad, hasta que encuentren a alguien que pueda ayudarles. Expliquen el problema de la manera más calmada y clara posible, y pidan ayuda. La persona a cargo puede ayudarles a hablar con la persona con la que tienen un problema y a solucionarlo.

## 9. Sean pacientes

Sean pacientes con su bebé, con el equipo médico y, sobre todo, ¡con ustedes mismos! A veces, las cosas mejoran muy lentamente. Otras veces, las cosas podrían empeorar antes de mejorar. Recuerden que el equipo médico está haciendo todo lo posible para ayudar a que su bebé mejore, pero esto lleva tiempo. Durante la estadía de su bebé en la NICU, busquen fuerza y apoyo en quienes están a su alrededor.

## 10. Sean agradecidos

Ser agradecidos quizás sea lo último en su mente cuando su bebé está en la NICU. Nadie espera estar en la NICU, pero es el mejor lugar para su bebé en este momento. Es normal sentirse tristes, asustados y decepcionados. Hablen con alguien. Hablar de sus sentimientos les ayudará a enfrentar la situación y les permitirá buscar algo, no importa cuán pequeño, por lo que se sientan agradecidos. Traten de buscar algo bueno cada día: una mejoría en la afección de su bebé, una explicación útil del médico, el contacto amable del personal de enfermería o algún amigo que les llevó comida a su familia. La gratitud les ayudará mucho en su estadía, incluso en los peores días.

## Pidan ayuda

Recuerden que siempre pueden pedir ayuda. No tengan miedo de inscribirse en los grupos de ayuda de su obstetra/ ginecólogo, enfermera primaria, trabajador social o cualquier otro profesional médico para pedir ayuda. Al personal de la NICU le importa obtener el mejor resultado posible para ustedes y para su bebé.

**Permítales que les ayuden.**

**Para obtener más información de Hand to Hold:**  
**855-H2H-NICU | 855-424-6428 | [www.handtohold.org](http://www.handtohold.org)**

Firma: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

El contenido de esta hoja informativa es propiedad de Hand to Hold, una organización de apoyo a padres sin fines de lucro, incluida en el Artículo 501(c)3.

© 2016 Mallinckrodt US PRC/INOM/0916/0073a Septiembre de 2016