



HAND to HOLD
Fragile Babies. Strong Support.

En Español

Cómo comunicarse con el equipo de cuidados de su bebé

10 CONSEJOS PARA AYUDARLE A OBTENER LO QUE NECESITA

La comunicación eficaz es importante en todos los aspectos de la vida, pero cobra vital importancia cuando su bebé ingresa a la Unidad Neonatal de Cuidados Intensivos (NICU, por sus siglas en inglés). Tener un bebé en la NICU puede ser estresante, pero puede parecer incluso peor si usted no se siente como usted entiende lo que está pasando. Por fortuna, el personal de la NICU está para ayudarle. Con el apoyo adecuado, todos los padres pueden aprender a transitar por la NICU y convertirse en defensores fuertes, capaces e informados para sus bebés. Estos consejos le ayudarán a hablar con el equipo de cuidado de su bebé.



1. HAGA PREGUNTAS Prepare las preguntas relacionadas con los cuidados de su bebé. Escriba las preguntas conforme surjan.

Pregunte el significado de los términos médicos y de las abreviaturas que el personal usa con frecuencia. Pregunte todo aquello que no comprenda y escriba las respuestas. Con frecuencia se proporciona gran cantidad de información y esto puede resultar confuso. Mantenga un diario y escriba la información importante. Recuerde anotar los nombres de las personas al cuidado de su bebé.

2. ASEGÚRESE DE QUE COMPRENDE Los padres deben esperar que los doctores y las enfermeras escuchen sus preguntas con atención y que respondan de manera adecuada. **Como padre o madre de un bebé es su derecho obtener respuestas a sus preguntas.** Sin embargo, también es su responsabilidad asegurarse de comprender la respuesta que escuchó. Una buena manera para lograrlo es pedir al médico o enfermera si usted puede repetir la respuesta que escuchó. La práctica de repetir la información obtenida evita interpretaciones erróneas en la comunicación en la NICU.

3. FORME PARTE DEL EQUIPO Si bien los médicos y enfermeras ofrecen los cuidados altamente especializados que su bebé necesita, recuerde que ustedes, como padres, son las personas más importantes en el mundo de su bebé. **Manténgase presente al lado de su bebé lo más posible y aprenda todo lo que pueda acerca de su condición y sus cuidados.** Sea una parte muy visible de su equipo de cuidados y demuestre que quiere participar en los cuidados de su bebé. Su bebé necesita sentir su presencia, y quienes proporcionan los cuidados médicos a su bebé lo aceptarán como miembro vital del equipo.



4. SEA RESPETUOSO Y espere respeto a cambio. Respete las reglas y rutinas en la NICU. Estas reglas y rutinas se basan en los estándares de las mejores prácticas en la NICU, y existen para beneficio de su bebé. Asimismo, debe esperar respeto del personal de la NICU. **Cuando solicite algo, debe recibir una respuesta adecuada.** Como padres de un bebé en la NICU, jamás deben ser ignorados. Además muestre respeto hacia las otras familias en la NICU. Tal vez sus necesidades sean distintas a las suyas, pero también merecen respeto mientras se encuentran en la NICU.

5. SEA FLEXIBLE éstrese flexible a medida en que cambia la condición de su bebé. Mu Las necesidades de los bebés cambian continuamente, y la rutina y cuidados que funcionaron ayer tal vez no funcionen hoy. **Conviene mantenerse flexible y con una actitud abierta a medida en que cambian las necesidades de su bebé.** Recuerde que usted forma parte de una comunidad más grande de padres de bebés en la NICU a los que también se pide que sean flexibles.

6. SOLICITE REVISAR EL HISTORIAL MÉDICO DE SU BEBÉ Usted tiene el derecho de revisar la información médica personal de su bebé, sin embargo, la mayoría de los hospitales cuentan con políticas relativas a los expedientes del bebé durante su estancia en el hospital. **Usted puede solicitar ver el expediente en cualquier momento, pero conviene que esté sentado y revisarlo en compañía del médico de su bebé.** Al revisarlo de manera conjunta se abren líneas de comunicación y se fortalece la confianza entre usted y el equipo médico. Una vez que su bebé es dado de alta, puede solicitar copia de su historial médico a través del Departamento de Expedientes Médicos del hospital.

7. APRENDA A SOLUCIONAR PROBLEMAS No se conforme con señalar los problemas. Muéstrese dispuesto a ofrecer soluciones. Por ejemplo, si sucede algo que le preocupa, hable con el médico, la enfermera practicante, la jefa de enfermeras o la enfermera. **Explique su preocupación y ofrezca sugerencias que puedan mejorar la situación.** Recuerde que usted es el defensor de su bebé, y exprese sus inquietudes y posibles soluciones por el bien del bebé.

8. SOLUCIONE LAS RUPTURAS DE LA COMUNICACIÓN Si hay un problema que tiene que discutir, busquen primero a la jefa de enfermeras, después al administrador de la unidad y luego al director de la unidad. **Explique el problema de la manera más racional posible y pida ayuda** para restablecer la comunicación con las personas importantes en los cuidados de su bebé.

9. CONSERVE LA PACIENCIA Sea paciente con su bebé, con el equipo médico y, sobre todo, ¡con usted mismo! Habrá ocasiones en que la mejoría llega en pequeños pasos y en otras ocasiones parecería que los pasos retroceden. **Recuerde que el equipo médico está haciendo todo lo posible por ayudar a que su bebé mejore y crezca, pero esto toma tiempo.** Como participante del maratón de su bebé en la NICU, apóyese en la fuerza y ayuda de quienes están a su alrededor.

10. ESTÉ AGRADECIDO Mostrar gratitud quizá sea lo último en sus pensamientos cuando subebé está en la NICU. Nadie espera estar en la NICU, pero es el mejor lugar para su bebé en este momento. Está bien sentirse triste, asustado y decepcionado. Hable con alguien. **Hablar de sus sentimientos le ayudará a enfrentar y manejar la situación y le permitirá descubrir algo, no obstante cuán pequeño, por lo cual se sienta agradecido.** Cada día busque algo por lo cual se siente agradecido: una mejoría en la condición de su bebé o de algún amigo que les trajo comida a su familia. La gratitud le ayudará en esta jornada.

Para más información visite www.handtohold.org

