

YA NO ESTAMOS EN LA NEO

Preparando la bienvenida al hogar

Documento para familias



¿CÓMO ORGANIZARNOS PARA EL ALTA?

RECUERDEN QUE ES MUY IMPORTANTE PARTICIPAR DEL CUIDADO DE SU HIJO DURANTE LA INTERNACIÓN EN NEO

IDENTIFICAR LAS EMOCIONES

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

SUS OPINIONES Y DUDAS SON IMPORTANTES.

Registrarlas puede ayudarlos a tenerlas presentes en la consulta de seguimiento.



EL ALTA ES UN PROCESO

Porque es un aprendizaje en etapas. Para que esto ocurra ustedes necesitarán un tiempo, no ocurre de un día para otro.

SEGUIMIENTO ESPECIALIZADO

Es importante que puedan conocer al equipo de seguimiento antes de irse a casa y coordinar con ellos cuándo y dónde podrán volver a verlos.

¿TENEMOS LO QUE NECESITAMOS PARA IRNOS A CASA?



Documentos del bebé.

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



¿Puedo identificar si algo anda mal?

¿Cuáles son los signos de alarma para consultar? ¿Cómo actuar ante una urgencia? ¿Dónde concurrir ante una urgencia?



Profesionales referentes.

Debo conocer: pediatra de cabecera. Centro de salud de referencia. Turnos con los especialistas



¿Tengo todo lo que puedo necesitar en casa?

Alimentación (leche materna, preparación fórmula), medicamentos y necesidades especiales.



¿Tengo toda la información que necesito?

¿La entiendo? ¿La puedo compartir?

CUIDADOS EN EL HOGAR



HABITACIÓN

Idealmente deberá tener luz natural, que se pueda airear y temperatura agradable. No fumar en el hogar.



ROPA

Holgada y cómoda, que no le comprima, evitando que sude. De materiales suaves y no alergénicos como el algodón.



SUEÑO

Boca arriba, pies apoyados en la parte inferior de la cuna, brazos arriba de la sábana. Colchón firme. No usar almohada, ni cubrir la cabeza.



POSTURA

Cuando esté **despierto**, puede estar en posición boca abajo. Permite fortalecer músculos de la cabeza, cuello, brazos, espalda y abdomen.



CHUPETE

Puede tener diversos beneficios, pero debes seguir ciertas recomendaciones que debes consensuar con tu pediatra.



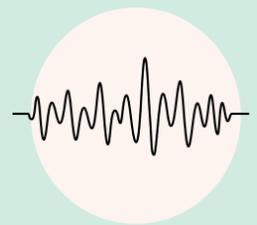
ASEO

Nunca dejes solo al bebé. Probar la temperatura del agua antes. Es importante establecer una rutina de baño y disfrutar el momento. Usar jabones neutros. Evitar talcos.



LLANTO

Es la forma de comunicación. No siempre es hambre, puede expresar distintas situaciones como sueño, calor o dolor.



IMÁGENES Y SÓNIDOS

El mejor estímulo visual es la cara de mamá o cuidador. La voz familiar es un gran estímulo auditivo. Háblele en tono normal, cántele y acarícielo.



LA FAMILIA

El regreso del niño/a al hogar puede ocasionar cambios en la estructura familiar. Tenga en cuenta el comportamiento de otros hermanos.



PREVENCIÓN DE INFECCIONES

Si su bebé es menor de 3 meses, o ha sido prematuro, o tiene alguna enfermedad crónica cardiológica o respiratoria, es de mayor riesgo.



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

El lavado de manos es la medida más efectiva y económica para prevenir transmitir infecciones.



Limitar las visitas al círculo afectivo íntimo durante el primer tiempo en el hogar.



No recibir visitas de personas con cuadros infecciosos.



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



Inmunizaciones del bebé y los convivientes.



OTRAS RECOMENDACIONES

CUNA

No colocarla en zonas de corrientes de aire. Base estable y el contorno interno protegido. Cambiar los estímulos de lado para que explore todo el ambiente y mueva su cabeza para ambos lados.

CARRO DE PASEO O "COCHECITO" (CARREOLA)

Que tenga freno y ruedas grandes. No usarlo en posición de silla de comer al andar por las calles. Siempre sujeto para evitar caídas.



BUTACA

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



MEDICAMENTOS

No administrarlos en la penumbra, tener siempre buena iluminación al momento de prepararlos para evitar accidentes.



JUGUETES

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



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 dormir, 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**

