

UnityPoint Health® - Meriter

Entregandode nuestro futuro



Índice

Carta de bienvenida	3
Nuestro Centro de Maternidad	6
Su estancia en el hospital	12
Cómo prepararse para el parto	18
Su estancia tras dar a luz	26
Cómo escoger a un profesional para su bebé	36

Querida madre a la espera:

¡Felicidades por su embarazo! Sabemos que éste es un momento especial para usted y su familia. Estamos encantados con que haya elegido UnityPoint Health® - Meriter para dar a luz a su bebé. Nuestro Centro de Maternidad es excepcional a la hora de proporcionar cuidados médicos de la más alta calidad, centrando su enfoque principalmente en la familia.

Estamos seguros de que comprobará que nuestras instalaciones y nuestro personal están plenamente comprometidos a servirles a usted y su familia. Estamos orgullosos de nuestros servicios para la madre y el bebé, y nos esforzamos en hacer que cada experiencia sea tan especial y única como su parto.

Este folleto incluye información educativa sobre el Centro de Maternidad y los servicios que ofrecemos. Le animamos a que esté en contacto con sus profesionales sanitarios para asesorarse sobre la información que necesita para el tipo de parto que desea tener. Haga preguntas, escoja entre las diferentes opciones y díganos cuáles son sus preferencias, siempre que sea posible.

Por favor, visite la página de Internet de UnityPoint Health - Meriter en unitypoint.org, para obtener más información sobre nuestros servicios:

- Visita guiada virtual del Centro de Maternidad
- Información sobre la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (por sus siglas en inglés, NICU) de nivel III en UnityPoint Health - Meriter y la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales de nivel IV del American Family Children's Hospital (por sus siglas en inglés, NICU)
- Servicios de lactancia
- Clases educativas
- Servicios para embarazos de alto riesgo
- ¡Y mucho más!

Gracias de nuevo por elegir UnityPoint Health - Meriter como compañero para un acontecimiento tan ilusionante en su vida. Nos esforzaremos todo lo posible para superar sus expectativas y ofrecerle a usted y su familia una experiencia memorable.

Atentamente,
Su equipo de atención a la madre y el bebé
UnityPoint Health - Meriter and UW Health





Servicios de atención a la madre y el bebé



Nuestro Center for Perinatal Care (CPC)

Center for Perinatal Care es una colaboración entre University of Wisconsin y UnityPoint Health - Meriter para pacientes que necesitan pruebas prenatales, quienes pueden tener un embarazo de alto riesgo o quienes tienen problemas fetales. El equipo trabaja en estrecha colaboración para dar atención prenatal bien coordinada y de alta calidad a pacientes con embarazos complejos.

Center for Perinatal Care da apoyo multidisciplinario y especializado para pacientes con condiciones médicas o fetales que afectan el embarazo. Los programas incluyen monitoreo clínico del embarazo de alto riesgo, el programa de diabetes en el embarazo, servicios expertos de ecografía y pruebas, el programa de cuidados paliativos y la coordinación de la atención fetal. Prenatal Diagnosis Center es uno de los cuatro centros del Medio Oeste acreditados para hacer ecocardiografía fetal y ha sido reconocido por American Diabetes Association para la atención de la diabetes durante el embarazo.

Los servicios que se ofrecen incluyen:

- Consulta de medicina materno fetal
- Diagnóstico prenatal
 - Diagnóstico fetal completo (ultrasonido, pruebas, asesoría y coordinación de los cuidados)
 - Incluye especialistas para hacer ecocardiografías y neurosonografías fetales
 - Consultas de genética para informarle de las opciones de las pruebas que se pueden realizar durante el embarazo, revisar los resultados de las pruebas, al igual que la historia clínica y familiar.
- Educación y control de la diabetes por una enfermera con certificación superior o un(a) educador(a) de diabetes (por sus siglas en inglés, CDE) y una dietista certificada (por sus siglas en inglés, RD)
- Cuidados prenatales
 - Cuidados prenatales primarios de los embarazos de alto riesgo; todos ellos se ofrecen en la Clínica de alto riesgo
 - Cuidados compartidos
 - Para profesionales que pueden atender en un parto en UnityPoint Health - Meriter
 - Para profesionales que no pueden atender en un parto en UnityPoint Health - Meriter
- Consultas de anestesia
- Servicios de coordinación de cuidados, incluidos:
 - Coordinador de cuidados fetales y/o de alto riesgo, que se encargará de que haya una colaboración coordinada de los cuidados y mantendrá un contacto constante con la paciente durante su embarazo.
 - Ayuda para programar citas
- Remisiones a las especialidades relacionadas con problemas en la madre o el feto
- Ultrasonido de seguimiento u otras pruebas diagnósticas
- Consulta de neonatología, si se prevé que vaya a haber un ingreso en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (por sus siglas en inglés, NICU)
- Consulta con un(a) trabajador(a) social
- Consulta de cuidados espirituales
- Pruebas prenatales
- Seguimiento del parto y el posparto
 - Ofrecer información y ayuda con la coordinación de las clases prenatales y las visitas guiadas al Centro de Maternidad y la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales.
- Sesión clínica para planificar la estancia como paciente interna

Nuestro Centro de Maternidad

En UnityPoint Health - Meriter, nuestro personal con experiencia trabaja de cerca con los médicos y las parteras para aportarle la atención personalizada de alta calidad que usted y su familia se merecen. Nuestro Centro de Maternidad también ofrece servicios especializados para embarazos de alto riesgo.

Creemos en una atención centrada en la familia y sabemos que la experiencia del nacimiento es importante para todos los miembros de su familia.

De todos los recursos que ofrece el Centro de Maternidad de UnityPoint Health - Meriter, los nuevos padres coinciden en que nuestro personal de enfermería, que es muy entendido y tiene gran dedicación, hace que su experiencia sea realmente excepcional. Cuando llegue su bebé, una enfermera cuidará de usted y su bebé. Nuestras enfermeras tienen una formación especializada que cubre sus necesidades y las de su bebé. De esta forma, tendrá la oportunidad de aprender todo lo posible de nuestros expertos acerca de las necesidades de su bebé (al igual que de las suyas) antes de marcharse a la casa.

En UnityPoint Health - Meriter, creemos en que el nacimiento de un bebé es una experiencia personal. Poner por escrito su plan para el parto, hablar con su profesional sanitario

acerca de sus preferencias y traer el plan al hospital ayudará a garantizar que el equipo sabe cuáles son sus preferencias. Mientras esté aquí, se pondrá en trabajo de parto, dará a luz y pasará su período de recuperación en una de nuestras espaciosas suites de partos.

Una vez que nazca su bebé y hayan disfrutado de sus primeras horas juntos, se los transferirá a una habitación privada para el resto de su estancia en el hospital. Esta habitación tiene un baño privado, una pantalla plana de televisión y una zona para que duerma su pareja.

Además de nuestras espaciosas habitaciones de parto y nuestro extraordinario personal, el Centro de Maternidad tiene tres quirófanos con tecnología punta. Si fuera necesario hacer un parto por cesárea, su enfermera para el parto la acompañará al quirófano. Mientras estén en el quirófano, las enfermeras trabajarán juntas para ofrecerle unos cuidados centrados en la familia a usted, a una persona de apoyo y al bebé. Todas las suites están completamente equipadas con una zona de reanimación de recién nacidos, para cubrir las necesidades que tenga su bebé al nacer. Nuestro objetivo es mantener junta a la familia, siempre que sea posible. Usted y su bebé irán juntos a la sala de recuperación y, cuando se encuentren estables, los transferiremos juntos a su habitación de posparto.



UnityPoint Health - Meriter • 202 S. Park Street Madison, WI 53715

Nuestra Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (por sus siglas en inglés, NICU)

En 2015, estrechamos nuestra alianza con UW Health. Esta alianza entre los dos hospitales garantizará que su bebé reciba los cuidados de más alto nivel en cualquiera de los dos centros:

UnityPoint Health - Meriter o *American Family Children's Hospital*.

Aunque esperamos que su bebé no vaya a necesitar cuidados especializados adicionales tras el parto, si surgiera la necesidad, nuestra Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales está a su servicio. Dicha unidad es de Nivel III, con una combinación de cómodas habitaciones privadas y semiprivadas, equipadas con la más alta tecnología para los bebés. Nuestros médicos, enfermeras y personal están dedicados a ofrecerles a las pacientes y las familias unos cuidados de alta calidad centrados en la familia. Nuestra alianza con el *American Family Children's Hospital* permite un perfecto traslado de los bebés que necesitan intervenciones quirúrgicas complejas y/o cuidados médicos de una subespecialidad.

La UCI Neonatal de UnityPoint Health - Meriter ofrece múltiples comodidades, que incluyen:

- Capacidad de personalizar el entorno del bebé, de forma que ayude lo máximo posible a su nivel de desarrollo
- Regulación de los niveles de luz y sonido para apoyar las necesidades del bebé y maximizar el desarrollo
- Apoyar la implicación familiar en los cuidados del bebé
- Privacidad para las familias mientras establecen un vínculo afectivo con su nuevo bebé
- Zona para dormir para los padres que se quedan a pasar la noche
- Un sacaleches en cada habitación
- Internet inalámbrico gratuito
- Monitoreo de cerca de los bebés, por parte de las enfermeras y los médicos

Servicios para las familias:

- Consultoras de lactancia, trabajadores sociales, enlaces para las familias y personal para los cuidados espirituales
- Sala para las familias
- Refrigeradores en las habitaciones para almacenar la leche materna
- Información médica en línea sobre el embarazo y el recién nacido
- Clases de reanimación cardiopulmonar de lactantes
- Grupo de apoyo semanal "Apoyo a los padres en la UCI Neonatal" (por sus siglas en inglés SPIN)

Especialistas en recién nacidos

La Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales está liderada por neonatólogos. Éstos son pediatras que se especializan en el cuidado de recién nacidos prematuros o gravemente enfermos. Las enfermeras, los residentes, las enfermeras practicantes, los auxiliares médicos y otros especialistas se dedican a proporcionar los mejores cuidados a su bebé.

Nuestra alianza con la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales del *American Family Children's Hospital*

A pesar de que esperamos que su bebé no vaya a necesitar cuidados especializados adicionales tras el parto, el American Family Children's Hospital de la UW Health está disponible por si lo necesitara.

Ubicado a unas dos millas del hospital UnityPoint Health - Meriter, el American Family Children's Hospital cuenta con una Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales de Nivel 4 con la más alta tecnología y proporciona cuidados a los bebés que requieren los tratamientos médicos y quirúrgicos más críticos.

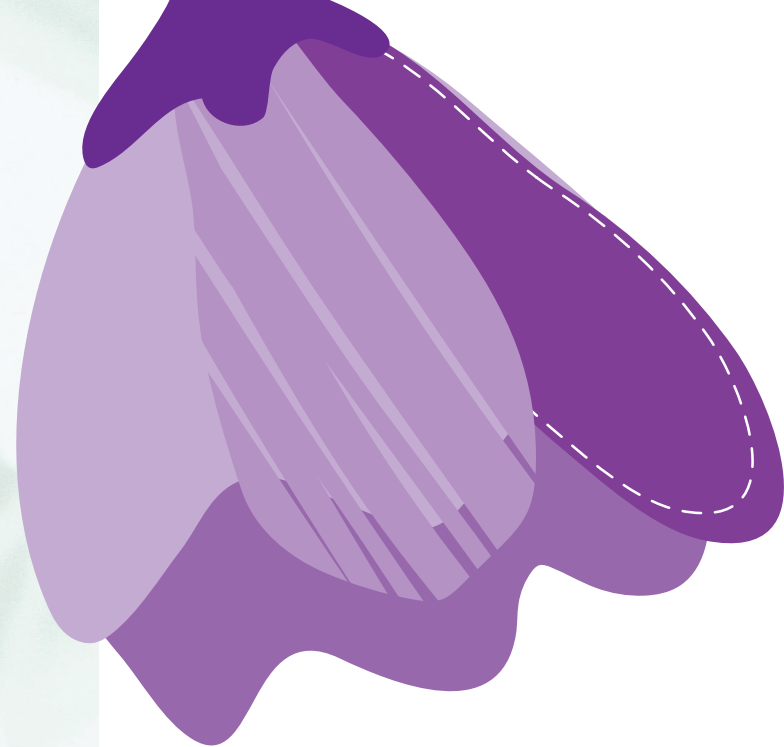
La UCI Neonatal cuenta con tecnología punta, combinada con el acceso in situ a equipos expertamente formados en neonatología, cirugía pediátrica y más de 30 especialidades pediátricas, que van desde cardiología a urología.

La UCI Neonatal del *American Family Children's Hospital* cuenta con muchas comodidades, entre las que se incluyen:

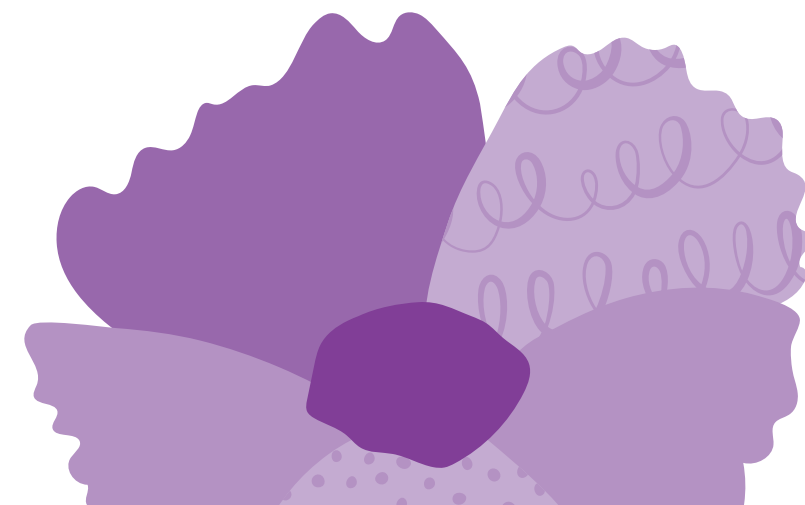
- Una habitación privada con bañera y ducha/regadera para los padres
- Un sacaleches en cada habitación
- Una mecedora reclinable en cada habitación
- Un sofá que se convierte en una cama para que duerman los padres en cada habitación
- Acceso las 24 horas del día a una cocina y sala para las familias, a sólo unos pasos de su habitación
- Un "laboratorio de leche" donde los técnicos de la leche mezclan, almacenan y se ocupan del mantenimiento de la leche para cada bebé, y garantizar así su óptimo crecimiento
- Rondas virtuales por Telehealth (telesalud) con las familias que viven lejos de Madison y no pueden asistir a las rondas médicas diarias
- Internet inalámbrico gratuito



Haga una visita guiada virtual de la UCI Neonatal del *American Family Children's Hospital*. Visite uwhealthkids.org/nicoutour



Su estancia en el hospital



Cómo prepararse para su estancia en el hospital

Esperamos que la siguiente información le ayude a sentirse más cómoda a la hora de prepararse para el parto y durante su estancia en el hospital. Éste es un momento para conocer a su bebé y aprender acerca de su nuevo o ampliado papel como madre.

Durante su corta estancia, haremos todo lo que nos sea posible para ayudarla a sentirse cómoda y con confianza a la hora de cuidarse a sí misma y a su bebé.

En UnityPoint Health - Meriter, queremos hacer algo más que ayudarla a dar la bienvenida a un nuevo bebé. Queremos hacer que toda su experiencia de dar a luz sea personal y memorable. ¡Estamos deseando prestarle nuestros cuidados!

Pautas del seguro médico

Siempre es buena idea hablar con su compañía de seguro médico para averiguar qué prestaciones tiene para el parto. Algunas compañías de seguros requieren una notificación antes del ingreso en el hospital.

Llame a su compañía de seguros para saber si se necesita una autorización. Quizás le pidan que se ponga en contacto con su médico para que le facilite los códigos de su parto. Si no tiene seguro médico o si su seguro no cubre los gastos del parto, por favor, llame a uno de nuestros asesores financieros para que la pueda atender o ayudar a contestar las preguntas que tenga sobre la cobertura de su seguro médico.

- Los asesores financieros están disponibles de lunes a viernes, de 8 de la mañana a 5 de la tarde. Para hablar con uno de ellos, llame al (608) 417-5035 durante las horas indicadas.

Cuándo llamar a su profesional sanitario

¿Estoy de trabajo de parto? ¿Debo ir al hospital?

¡Todas las mamás embarazadas se hacen estas preguntas! Aquí le ofrecemos algunos consejos para ayudarla con las respuestas. Llame a su profesional sanitario si piensa que está de parto o necesita venir al hospital.

En caso de emergencia, venga inmediatamente al hospital. Una emergencia puede ser:

- Dolor abdominal constante y fuerte
- Sangrado vaginal rojo vivo, como un periodo menstrual
- El bebé no se mueve nada
- Desmayo o pérdida de consciencia

Si tiene tiempo antes de venir, por favor, llame al triaje de Obstetricia al (608) 417-6228 para que nos podamos preparar para su llegada.

Formulario de registro previo en Obstetricia

Para prepararse para el parto en UnityPoint Health - Meriter le pedimos que se registre por adelantado.

Existen dos formas para registrarse por adelantado para su estancia en el hospital:

- Visite unitypoint.org/registration para registrarse de forma segura en línea. Éste es el mejor método para el registro por adelantado, si no ha sido paciente de UnityPoint Health - Meriter en el último año.
- Llame al (608) 417-6020 o al número gratuito (866) 680-9042, de 7 de la mañana a 8 de la tarde, para registrarse por adelantado. Si ha sido paciente de UnityPoint Health - Meriter en el último año, lo mejor es llamar. Confirmaremos y actualizaremos la información que ya tengamos de usted. También puede llamar si no tiene acceso a Internet.

Información general sobre el hospital

Estacionador de autos o estacionamiento por su cuenta

El servicio de estacionador de autos está a su servicio en la entrada frontal del hospital, de 6 de la mañana a 6 de la tarde, de lunes a viernes. Es gratuito para los pacientes y los visitantes que cumplan los requisitos (p. ej. familiares cercanos o la persona que lleve a la paciente al hospital); para el resto cuesta \$2. El estacionador puede ir a recoger los vehículos hasta las 6:30 de la tarde.

Los pacientes y los visitantes que cumplan los requisitos pueden validar el recibo del estacionamiento en el mostrador de información, tanto si estacionan por su cuenta como si usan este servicio. La entrada al estacionamiento para todos los visitantes que estacionan por su cuenta se encuentra en el nivel 2 (nivel del vestíbulo).

Norma de un entorno libre de humos

(ordenanza de la ciudad n° 23.05)
UnityPoint Health - Meriter se compromete a ofrecer un entorno libre de humos. Fumar o usar tabaco de cualquier tipo está prohibido en todos los espacios que sean propiedad de UnityPoint Health - Meriter.

Acceso inalámbrico a Internet unitypoint.org/wireless

Los pacientes y visitantes pueden acceder a nuestra red inalámbrica cuando usen sus aparatos electrónicos en las habitaciones de los pacientes y varias zonas del hospital.

Higiene de las manos

Lavarse las manos es la práctica más importante para prevenir el contagio de infecciones. Todo el personal se ha de lavar las manos o utilizar un desinfectante de manos cada vez que entre y salga de su habitación. Si no está segura de si lo han hecho, por favor, pregúnteles.

Usted también ha de tener una buena higiene de manos. Lávese las manos o use el desinfectante de manos antes y después de comer, usar el baño o tocar cualquier cosa que esté sucia. Hacer esto antes de cargar a su bebé puede ayudar a prevenir el contagio de gérmenes.

Haga que su familia y visitantes aprendan a lavarse las manos cuando entren en su habitación y antes de salir de la misma.



Pautas para los visitantes



En UnityPoint Health – Meriter creemos que un sistema de apoyo fuerte es clave para la salud y el bienestar de las familias. Por favor, use esto como pauta para los familiares y amigos que quieran visitarles mientras están en el hospital.

- Tras el parto, usted y el bebé tendrán un período de dos a tres horas de recuperación. Los animamos seriamente a que las primeras preciadas horas de la vida de su bebé las pasen solos usted, su bebé y su pareja. Hacer esto les permite pasar tiempo en contacto piel con piel, lo cual es tan importante para el amamantamiento temprano y el apego. El resto de su familia seguirá igual de ilusionada por conocer al bebé un poco más tarde, una vez que ustedes hayan tenido este momento especial juntos.
- Si alguien que tenga pensado visitarles no se encuentra bien o ha estado expuesto a alguna enfermedad, no debe visitarles.
- Les pedimos a los visitantes que se laven las manos cuando entren en su habitación y antes de tocar al bebé.
- Descanse cuando pueda. Si desea tener más tiempo en privado con su bebé o dormir, se puede desconectar el teléfono, y se puede colocar en la puerta un cartel que diga “Por favor, consulte con la enfermera antes de entrar”.

Opciones de comidas para los visitantes

Dr. Joe's Cafe

Situado en el Nivel 2 (en el área del lobby principal).

Horario: Lunes - viernes
6:30 a.m. - 2 p.m.

Dr. Joe's sirve una amplia variedad de bebidas espresso, café preparado, té y sidra, pasteles, sándwiches para llevar, sopas y ensaladas

Cafetería del hospital

Situada en el Nivel 1 del ala de la torre. Abierta todos los días (domingo-sábado). Los horarios en días festivos pueden variar.

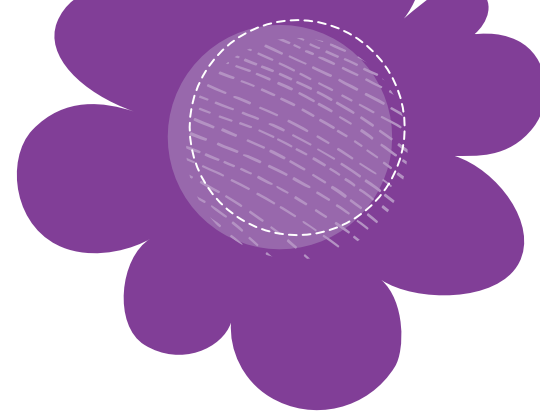
Desayuno 6:30 a.m. - 9:30 a.m.

Almuerzo 11:15 a.m. - 1:30 p.m.

Cena 5:00 p.m. - 7:00 p.m.

Hay comida para llevar disponible entre comidas.





Cómo prepararse para el parto



Cuándo hablar con su profesional de obstetricia

Llame a su profesional de obstetricia o al triaje de obstetricia por cualquiera de los siguientes motivos:

- Dolor de cabeza que no se le quita
- Cambios en la vista (manchas o visión borrosa)
- Dolor en el pecho o latidos acelerados
- Ausencia o disminución del movimiento del bebé
- Hinchazón, enrojecimiento o dolor en la pierna
- Mareo o desmayo
- Fiebre o escalofríos
- Fuerte dolor de barriga que no se le quita
- Sangrado vaginal o líquido que le gotea
- Hinchazón extrema en la cara o las manos
- Dificultad para respirar
- Fuertes náuseas o vómitos
- Contracciones que cada vez son más fuertes y más seguidas, y se dan con sólo 5 minutos de diferencia
- Contracciones lo suficientemente fuertes como para que le resulte difícil hablar
- Cólicos como los del período menstrual, dolor de espalda o presión pélvica, y está de menos de 37 semanas de embarazo

Su profesional de obstetricia es la persona más indicada con la que hablar para ayudarla a decidir si es hora de venir al hospital.

Si le dicen que venga, vaya al triaje de obstetricia, ubicado en el piso principal de Meriter. Si tiene tiempo antes de venir, llame al triaje de obstetricia al (608) 417-6228 para que podamos prepararnos para su llegada.

* Si necesita asistencia inmediata por una emergencia obstétrica o médica, llame al 911.

Si piensa que está de parto, explíquelo a su profesional sanitario cómo son las contracciones

- A la hora que empezaron a ser regulares y cómo son de fuertes.
- Cada cuánto las tiene.
- Cuente el tiempo en minutos desde el comienzo de una contracción hasta el comienzo de la siguiente.
- Cuánto le duran.
- Cuente cuánto le dura la contracción desde que empieza hasta que acaba.

Si piensa que ha roto aguas, informe a su profesional sanitario de lo siguiente:

- La hora a la que ha roto aguas
- El color del líquido que le ha salido
- Cuánto líquido ha salido

Triaje de obstetricia

Una vez que se registre en el hospital, nuestro personal de triaje le dará la bienvenida. Su viaje hacia el parto comienza en nuestras salas privadas de triaje. En el triaje podrá hablar acerca de sus opciones para el parto con nuestro personal con experiencia.



Su experiencia del parto

Unidad de trabajo de parto y partos

La Unidad de trabajo de parto y partos es donde celebrará una nueva vida en su propia suite privada. Después de que la evalúen en el triaje, se la transferirá a una cómoda suite de parto. Nuestras espaciosas suites de parto están equipadas con un baño privado y decoradas como en un hogar. Puede darse un baño en su propia bañera o disfrutar de un relajante masaje de ducha/regadera. Puede ver películas con su pareja en el reproductor de TV/DVD de su propia habitación. Hay incluso un sofá que se puede sacar, donde usted o su pareja pueden descansar.

Compañero/a(s) durante el trabajo de parto y el parto

Un(a) compañero(a) de parto es la persona que le ofrecerá apoyo y que estará con usted durante el trabajo de parto y el parto. Los estudios demuestran que tener un(a) compañero(a) de parto tiene varios beneficios. Tener a alguien de apoyo durante el trabajo de parto y el parto le puede ayudar a mantenerse centrada y sentirse con confianza. Nombre a alguien con quien usted se sienta cómoda y que se pueda comprometer a estar con usted durante todo el proceso del parto.

Recuperación

Durante la recuperación, podrá cargar a su bebé piel con piel. Puede empezar a dar el pecho en cuanto usted y el bebé puedan. Después de 2 ó 3 horas de monitorearlos de cerca a usted y su bebé, se los transferirá a su habitación de posparto.

Opciones para un parto más cómodo

Para ayudar a que el parto sea lo más cómodo posible, ofrecemos una gama de opciones para controlar el dolor:

- Anestesia epidural (médicos anestesistas dentro del hospital, disponibles las 24 horas del día)
- Medicamentos a base de narcóticos
- Enfoques sin medicinas
- Bañeras/tinas para estar en remojo
- Pelotas para el parto
- Técnicas de respiración guiada

Todas las habitaciones tienen un equipo con tecnología punta, pero está escondido hasta que se necesita. Tenemos equipos especiales inmediatamente disponibles, en caso de que algo inesperado pudiera pasar. Si se diera la necesidad, los quirófanos para los partos por cesárea están dentro del Centro de Maternidad, para su acceso inmediato.

Tipos de partos

Parto en el agua – ¿Es el parto en el agua para usted?

En UnityPoint Health - Meriter nos alegra poder ofrecerles a las mujeres la opción de un parto en el agua durante el trabajo de parto y el parto. El parto en el agua puede ser una excelente opción para mujeres sanas que esperan tener un parto sin complicaciones. El agua tibia puede proporcionar un entorno relajante y seguro durante el trabajo de parto. Muchas mujeres indican tener una sensación de menos dolor durante las contracciones cuando están de trabajo de parto en el agua. Durante el parto, su bebé experimentará una transición suave.

Muchos estudios han descrito las ventajas de que la parturienta esté en el agua. Para poder tener un parto en el agua, se han de cumplir unos requisitos específicos y tener a un profesional sanitario que participe en partos en el agua.

No todos los profesionales sanitarios ofrecen hoy en día partos en el agua. Si está interesada en un parto en el agua, consulte con su profesional sanitario.

Si su profesional sanitario ofrece partos en el agua, se reunirán juntos para revisar si usted cumple los requisitos. Una vez se determine que los cumple, podrá asistir a una clase de parto en el agua. Un parto en el agua requiere que usted firme un consentimiento por separado. Las fechas y horas de las clases se pueden encontrar en unitypoint.org.

¿Con quién he de contactar si necesito mayor información?

Por favor, póngase en contacto con su profesional de obstetricia para averiguar si éste está dispuesto a ofrecerle un parto en el agua y si usted es candidata para el mismo. Si necesita mayor información sobre los partos en el agua en UnityPoint Health - Meriter, por favor, llame a la Oficina de Administración de los Servicios Perinatales, al (608) 417-6990.

Parto por cesárea

A las madres que saben que van a tener un parto por cesárea, su profesional sanitario les dará todas las instrucciones para poder planear una experiencia segura y memorable. Nuestros quirófanos con tecnología punta incluyen una pantalla para que, si lo desean, los padres puedan ver el nacimiento del bebé en directo. Ofrecemos diferentes opciones, como una iluminación más tenue, escuchar música que usted elija (tráigala, por favor) y tener contacto piel con piel con el bebé al poco de nacer. Durante las citas prenatales, debería hablar también con su profesional sanitario acerca de las opciones que desearía tener.

Una vez nazca su bebé y haya terminado la cirugía, abandonarán el quirófano e irán juntos a la sala de recuperación, a menos que su bebé necesite cuidados especiales en la UCI Neonatal. Les chequearán frecuentemente a usted y su bebé las constantes vitales y otros aspectos médicos. Podrá cargar al bebé piel con piel y empezar a amamantarlo, si éste es el método que ha elegido para alimentarlo. Recibirá medicación para el dolor si la necesita. La persona que vaya a prestarle apoyo se puede quedar con usted en la sala de recuperación. Le animamos a que pasen solos estas horas tan preciadas como una nueva familia. Usted y su bebé serán transferidos juntos a su habitación de posparto en el Centro de Cuidados de la Familia cuando ambos estén estables; normalmente hasta dos horas después de la cirugía.

Cuando se decide realizar un parto por cesárea durante el trabajo de parto, el proceso para el parto y la recuperación es el mismo. Si acaso surgiera una necesidad urgente, habrá ayuda adicional en la sala de partos para proporcionarles a usted y su bebé la atención necesaria. Nuestra prioridad siempre es su seguridad y la del bebé, tanto si existe una necesidad urgente de hacer una cesárea, como si ésta ha sido planeada con antelación, la opción que haya elegido para el parto se sopesará con la necesidad de ofrecerles a ambos una atención segura.

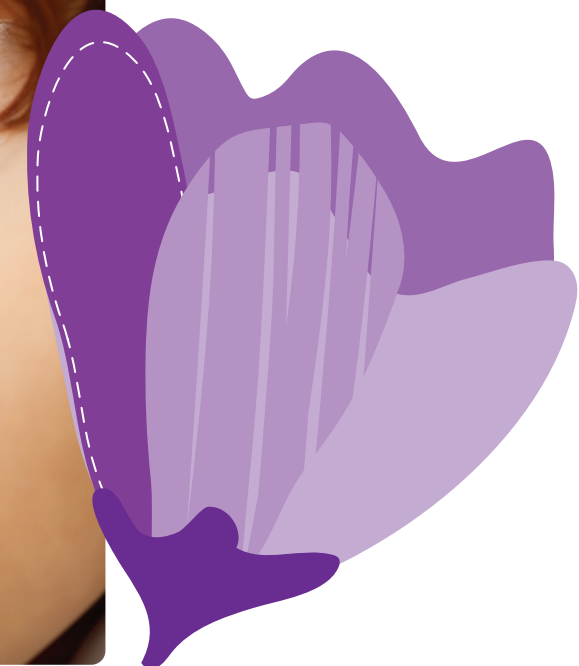
La importancia del contacto piel con piel

Piel con piel significa que sostienen a su bebé pecho con pecho sobre su piel desnuda mientras su bebé usa solo un pañal. Ambos están cubiertos con una manta.

Hacer esto tiene los siguientes beneficios para usted y su bebé:

- Promueve la lactancia materna exclusiva
- Promueve el prendimiento dirigido por el bebé
- Mantiene a su bebé caliente
- Ayuda a mantener la frecuencia cardíaca, la frecuencia respiratoria, la presión y los niveles de azúcar en sangre normales

El contacto piel con piel inmediatamente después del nacimiento también permite que su bebé sea colonizado con sus bacterias. Se cree que esto, más el amamantamiento, son importantes en la prevención de enfermedades alérgicas. Las rutinas del hospital, como pesar al bebé, se hacen más tarde para que usted y su bebé puedan simplemente estar juntos. El contacto piel con piel debe continuar con la mayor frecuencia posible durante el día y la noche (mientras está despierto) durante las primeras semanas.



La experiencia de amamantar es especial por muchos motivos:

- Crea un vínculo afectivo con su bebé
- Ahorra gastos
- Tiene beneficios médicos para usted y el bebé.

La experiencia es diferente para cada madre, pero una de las primeras decisiones que ha de tomar una nueva madre es cómo alimentar a su bebé. Aquí le ofrecemos datos sobre la lactancia materna y la leche artificial para que le ayuden a tomar esa decisión:

- La Academia Americana de Pediatría recomienda la lactancia materna durante al menos 12 meses y durante tanto tiempo como la madre y el bebé lo deseen. La mayoría de los bebés deberían tomar sólo leche materna durante los primeros seis meses.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que la lactancia materna comience dentro de la primera hora después de dar a luz, "a demanda", tantas veces como quiera el bebé, día y noche, y se deben evitar los biberones y los chupetes
- La leche materna es el alimento ideal para los bebés. Les aporta todos los nutrientes que necesitan para un desarrollo sano. Es segura y contiene anticuerpos que ayudan a proteger a los bebés de las enfermedades infantiles comunes. La leche materna contiene hormonas y células denominadas anticuerpos, que combaten enfermedades y que ayudan a proteger contra éstas y contra los gérmenes. Esta protección es única y cambia para ajustarse a las necesidades de su bebé.
- La leche materna ofrece nutrientes esenciales y una alimentación equilibrada
- La leche materna se digiere fácilmente
- La leche materna combate enfermedades



- La lactancia materna también beneficia a la madre. Dar exclusivamente el pecho está asociado con ser un método anticonceptivo natural (pero no infalible, con un 98% de protección en los primeros seis meses después de dar a luz). Reduce el riesgo de padecer cáncer de mama y de ovarios, diabetes de Tipo II y depresión posparto.
- Más allá de los beneficios inmediatos para los bebés, la lactancia materna contribuye a una buena salud de por vida. Los adolescentes y los adultos que han tomado el pecho siendo bebés tienen menos probabilidades de tener sobrepeso o ser obesos. Tienen menos probabilidades de tener diabetes de Tipo II y tienen una mayor puntuación en las pruebas de inteligencia.

Información sobre la leche artificial

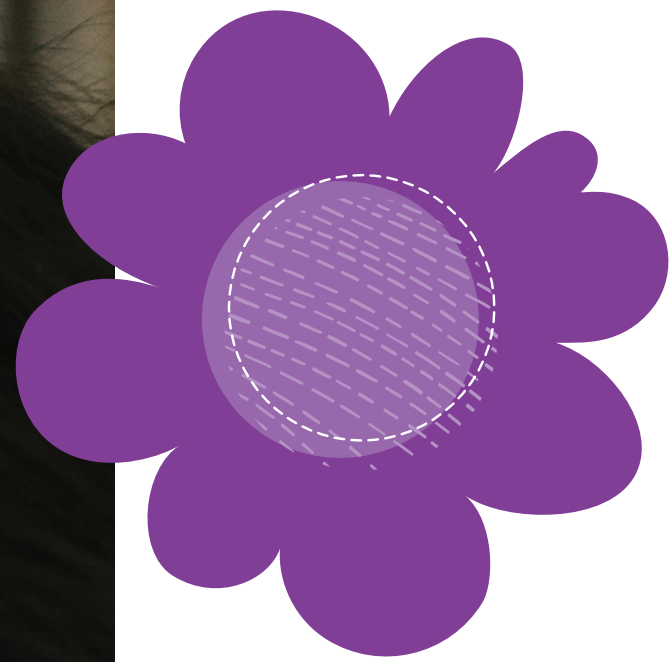
La leche artificial para bebés no tiene los anticuerpos que hay en la leche materna. Los beneficios a largo plazo de la lactancia materna para la madre y el bebé no se pueden replicar con la leche artificial. Cuando la leche artificial no se prepara adecuadamente, existen riesgos. El uso de agua que no es segura, un equipo que no está esterilizado o la fuerte presencia de bacterias en la leche artificial en polvo son algunos de ellos. Se puede producir una malnutrición debida a diluir en exceso la leche artificial para que dure más su cantidad. La lactancia materna frecuente mantiene el suministro

de leche de la madre. Si se usa leche artificial y después no se puede conseguir, volver a la lactancia materna puede no ser una opción, debido a la reducción de producción de leche de las mamas.

Medicamentos

Su profesional sanitario le recetará medicamentos para el dolor, si los necesita. Su enfermera le explicará para qué sirven y cada cuánto tiempo se los darán. También hablará con usted acerca de los medicamentos sin receta, que quizás quiera tomar cuando salga del hospital.





Su
estancia tras
dar a luz

En el Centro de Maternidad, queremos hacer algo más que ayudarla a darle la bienvenida a un nuevo bebé sano. Queremos hacer que toda su experiencia de dar a luz sea personal, relajada y memorable.

- El bienestar suyo y de su bebé son nuestro objetivo. Nuestro personal de expertos incluye a enfermeras diplomadas que han sido especialmente formadas para cuidar a nuevas familias. Dichas enfermeras, monitorearán y cuidarán de usted y el bebé durante la etapa de posparto. Nuestras enfermeras reciben un extenso entrenamiento sobre el apoyo a la lactancia materna, ofreciéndoles sus conocimientos y experiencia las 24 horas del día.
- Al pasar tiempo juntos, descubrirá cuán único es su nuevo bebé. Una de las ventajas de la atención centrada en la familia del Centro de Maternidad es que su bebé se queda con usted (comparten habitación) desde el momento de su nacimiento. Esto les permite empezar a crear un vínculo, conocer las señales que le indique su bebé y comenzar una relación mientras lo alimenta.
- Es importante tener en cuenta la seguridad tras dar a luz. Las primeras veces que tenga que usar el baño, pídale ayuda a su enfermera. Quizás se sienta bien estando acostada o sentada, pero algunas madres nuevas se marean o se pueden desmayar cuando se ponen de pie.
- Su enfermera le explicará las diferentes opciones de comida que tendrá durante su estancia. Nuestro hospital ofrece un cómodo servicio de habitaciones y proporciona una amplia variedad de opciones en el menú. Puede servirse gratuitamente una variedad de jugos, café, té y tentempiés ligeros en la sala para comer. Si no puede ir hasta allí, la persona que tenga de apoyo o la enfermera se lo puede traer.

Enseñanza y apoyo

- Una buena parte de los cuidados de posparto es asegurarse de que se le enseña bien todo lo que debe conocer sobre su salud y cómo cuidar de su bebé. Nuestro personal le ofrecerá apoyo emocional y le explicará cómo será el parto. Éste puede ser un momento altamente emocional y psicológicamente abrumador. Le enseñaremos lo que ha de ser

un descanso adecuado, una dieta apropiada, ejercicios de fortalecimiento de los músculos y cómo prepararse para irse a la casa.

- Si antes del parto recibe nuestro libro educativo “Cómo comprender los cuidados de la madre y el bebé”, por favor, tráigalo con usted. Lo usarán usted y su enfermera cuando ella le enseñe cómo cuidarse a sí misma y al bebé. Si no lo ha recibido, le entregaremos uno.
- Su profesional sanitario y el de su bebé le explicarán las instrucciones para irse a la casa, y su enfermera las revisará con usted.

Cómo cuidar de su bebé

- La enfermera de su bebé monitoreará frecuentemente cómo tiene el color de la piel, la temperatura, el ritmo cardíaco, la respiración y el nivel de alerta durante las primeras horas tras su nacimiento; después, lo hará de forma periódica a lo largo de la estancia de su bebé.
- Lo ayudaremos con la alimentación de su bebé. Recomendamos que alimente a su bebé entre una y dos horas después del nacimiento. Si está amamantando, su enfermero la ayudará a posicionar a su bebé para lograr un buen prendimiento. Su enfermero ayudará a identificar cuándo su bebé tiene hambre y le indicará cuándo está satisfecho.
- Las investigaciones respaldan retrasar el uso del chupete durante al menos las primeras 3-4 semanas en los bebés amamantados. Retrasar el uso del chupete permite la estimulación de las mamas muy necesaria para ayudar a generar un buen suministro de leche. Esto le da tiempo al bebé para aprender cómo prenderse correctamente a la mama y obtener suficiente leche. Una vez que su bebé esté amamantando bien, podrá usar el chupete cuando lo acueste. Las investigaciones sugieren que esto puede reducir el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS). Si está amamantando, se puede usar un chupete brevemente durante los procedimientos médicos terapéuticos para calmar a su bebé. Este uso terapéutico no tiene efecto negativo sobre la lactancia.

- Su bebé recibirá su primer baño en su habitación. Éste se da en cualquier momento, una vez cumplidas las 12 horas de vida. La enfermera le dará la opción de bañarlo usted, dándole ella instrucciones cuando sea necesario. Puesto que es un acontecimiento familiar, siéntase libre de ayudar, tomar fotos o grabar un video.
- Díganos si quiere que circunciden a su bebé. Hable sobre sus preguntas y preocupaciones con el proveedor de atención médica de su bebé. Firmará un consentimiento antes del procedimiento.
 - La información sobre la circuncisión de American Academy of Pediatrics afirma que la circuncisión tiene potenciales beneficios y ventajas médicas, así como también riesgos. Sin embargo, la evidencia científica existente no es suficiente para recomendar la circuncisión de rutina. Por lo tanto, debido a que el procedimiento no es esencial para el bienestar del bebé, recomendamos que la decisión de circuncidar debe tomarla usted, en consulta con su proveedor de atención médica. Esta decisión tiene en cuenta lo que es mejor para el bebé, incluyendo las tradiciones médicas, religiosas, culturales y étnicas. El proveedor de atención médica de su bebé debe analizar con usted los beneficios y riesgos de la circuncisión y las formas de analgesia disponibles.
 - Deberá completar la planilla del certificado de nacimiento de su bebé antes de regresar a casa. Enviaremos la información del certificado de nacimiento de su bebé al estado. El certificado de nacimiento y la tarjeta de seguro social de su bebé se le enviarán por correo en aproximadamente 12 semanas.
- Si tiene preguntas sobre el certificado de nacimiento, póngase en contacto con el Departamento de Salud Pública de Wisconsin, Registro Civil, llamando al (608) 266-1373. Si tiene preguntas sobre el seguro social, llame a la Oficina de Administración del Seguro Social de EE.UU., al (800) 772-1213.

- La ley de Wisconsin exige que, al abandonar el hospital, todos los bebés tengan un asiento para el auto que sea seguro. Asegúrese de que tiene correctamente instalado el asiento de su bebé para el viaje del hospital a la casa. Tómese su tiempo, antes de venir al hospital, para familiarizarse con cómo funciona su asiento para el auto.

¿Sabía usted que 4 de cada 5 asientos para el auto se usan incorrectamente? ¡Asegúrese de que el suyo no sea uno de ellos! Haga que un técnico certificado en seguridad para los niños en automóviles examine su asiento para el auto. Llame para programar una cita GRATUITA al (608) 890-8999. Los padres tienen la responsabilidad de colocar los asientos para el auto de forma segura en su automóvil; el personal de UnityPoint Health - Meriter no son técnicos certificados en seguridad para los niños en automóviles



Prueba de tolerancia a un asiento de automóvil

Es importante que a algunos bebés se los evalúe para asegurarse de que pueden tolerar un viaje en un asiento para el auto. A los bebés con posibles riesgos respiratorios y problemas de frecuencia cardíaca se los evaluará para ver el ritmo cardíaco, la respiración y los niveles de oxígeno mientras están sentados en el asiento para el auto. Esta evaluación puede durar de 1½ a 2 horas. Es importante que, para esta prueba, traiga al hospital el asiento que su bebé vaya a usar. Los bebés que pasan la prueba pueden irse a la casa usando su asiento. Si no la pasan, se le explicará qué otro dispositivo alternativo existe para viajar en el auto de forma segura.

A menos que usted o su bebé necesiten estar en observación o recibir cuidados especiales, compartirán habitación (en inglés, rooming-in). Compartir habitación le brinda la oportunidad de conocer a su bebé mientras se encuentra en un entorno de apoyo. El personal la ayudará a cuidar de su bebé y estará a su disposición para contestarle a sus preguntas y abordar las preocupaciones que pueda tener en cualquier momento del día o la noche.

Quando se comparte habitación:

- Puede cargar, arrullar, mirar y aprender más fácilmente las señales de su bebé
- Su bebé puede aprender más fácilmente a conocerla
- Su bebé puede aprender a amamantarse más rápidamente y aumentar de peso antes
- Quizás se sienta más capaz de cuidar de su bebé cuando se vaya a la casa
- Los estudios demuestran que compartir habitación tiene los siguientes beneficios:
 - Estar cerca de la madre hace que a los bebés les resulte más fácil acostumbrarse a la vida fuera del útero
 - Los bebés se sienten seguros cuando sienten el calor de la madre y oyen el latido de su corazón
 - Los bebés aprenden a conocer a la madre utilizando los sentidos. Pueden diferenciar entre su olor y el de otras personas al día o dos de nacer
 - El instinto de apego del bebé está en su momento más fuerte durante los primeros días de vida. Un apego temprano tiene un efecto positivo en el desarrollo del cerebro del bebé
 - Amamantar frecuentemente ayuda a producir leche y mantener el suficiente suministro
 - Compartir habitación ayuda a los bebés a regular los ritmos corporales; esto incluye el ritmo cardíaco, la temperatura corporal y el ciclo del sueño.
- **Lo que se puede esperar:**
 - Usted y nuestro personal trabajarán juntos para que usted cree un vínculo con su bebé, lo cuide, lo mantenga abrigado y, si lo desea, la ayudemos con el amamantamiento.

- La mayoría de las pruebas que necesita su bebé (como la de audición y las analíticas) se pueden hacer en su habitación
- La mayoría de las pruebas que realizará el médico de su bebé se pueden hacer en su habitación para que usted pueda observar y hacer preguntas. Puede acompañar a su bebé a los exámenes que necesiten un equipo especial y se tengan que realizar en una habitación diferente
- Si a su bebé varón lo van a circuncidar, se hará en una sala de intervenciones. Si lo desea, puede acompañar a su bebé
- **Su enfermera puede cuidar a su bebé fuera de la habitación cuando sea necesario:**
 - Si usted no se siente bien
 - Si el estado de su bebé requiere que se lo observe más de cerca
- **Más información que necesita saber sobre compartir habitación:**
 - Quizás piense que va a dormir menos si el bebé está con usted, pero, de hecho, los estudios demuestran que las madres duermen más cuando el bebé está en la habitación
 - La animamos a que abrace a su bebé piel con piel, poniendo al bebé con el pañal directamente contra su piel mientras esté despierta
 - Cuando duerma, ponga al bebé en la cuna al lado de su cama para reducir la probabilidad de una caída y garantizar que ambos duermen de la forma más segura

Queremos que ésta sea la mejor experiencia posible para usted. Si tiene cualquier pregunta, siéntase con plena libertad de hacérsela a la enfermera que la cuida.

Compartir habitación es sólo una pequeña manera de conocer a su bebé durante los preciados primeros días de vida. Ello fomentará la creación de vínculos afectivos, la ayudará a conocer el comportamiento de su bebé, le permitirá empezar a conocer lo que significan los ruidos que hace su bebé y ver la cantidad de cosas que su increíble bebé puede hacer.

Vacuna dTpa (contra el tétanos, la difteria y la tosferina, por sus siglas en inglés, Tdap) durante el embarazo

Vacuna triple vírica (contra el sarampión, las paperas y la rubéola, por sus siglas en inglés, MMR) tras el parto

Vacuna dTpa

Hable con su profesional sanitario para saber si necesita ponerse esta importante vacuna durante el embarazo. He aquí información que necesita saber sobre la importancia que ésta tiene para usted y su bebé.

American College of Obstetricians y American College of Nurse Midwives apoyan la decisión del Comité Asesor sobre Prácticas de Vacunación (ACIP) de recomendar que las personas embarazadas reciban una dosis de Tdap durante cada embarazo. Esta estrategia la ayuda a protegerse de contraer y transmitir pertussis (tos ferina) a su bebé. También da inmunidad pasiva a su bebé. Se espera que vacunar a las pacientes con Tdap durante el embarazo en lugar de después del parto prevenga más hospitalizaciones y muertes de bebés por tos ferina. Para maximizar su respuesta de anticuerpos y la transferencia pasiva de anticuerpos a su bebé, el momento óptimo para la administración de la Tdap es entre las semanas 27 y 36 de gestación. El nivel de anticuerpos contra la tos ferina disminuye con el tiempo, por lo que se debe administrar la Tdap durante cada embarazo para transferir la mayor cantidad de anticuerpos protectores a su bebé.

La administración de la dTpa después del parto sólo le proporciona protección a usted, no le proporciona inmunidad a su bebé. Han de pasar 2 semanas, aproximadamente, desde que a usted le pongan la dTpa para que esté protegida contra la tosferina; por tanto, durante ese período, usted corre el riesgo de

contraer la enfermedad y contagiar a su bebé, que es vulnerable. Una vez que usted tenga protección, tiene menos probabilidades de contagiar la tosferina a su bebé; sin embargo, su bebé sigue corriendo el riesgo de contraer la tosferina a través de otras personas, incluidos los hermanos, abuelos y otros cuidadores.

El único caso en el que a usted se le debería administrar la vacuna tras el parto es si nunca ha recibido la dTpa. Si la ha recibido en algún momento de su vida, pero no durante este embarazo, no le beneficia ni a usted ni al bebé recibirla tras dar a luz.

Usted también le puede ofrecer una protección indirecta a su bebé, asegurándose de que todas las personas que estén a su alrededor tienen al día la vacuna de la dTpa. Cuando los familiares y los cuidadores se vacunan contra la tosferina, no sólo protegen su propia salud, sino que también ayudan a formar una barrera protectora contra la enfermedad alrededor del bebé durante sus primeros meses de vida. Cualquier persona que esté en un entorno donde haya bebés debería tener al día la vacuna contra la tosferina.

Vacuna triple vírica (contra el sarampión, las paperas y la rubéola, por sus siglas en inglés, MMR)

Como parte de sus cuidados prenatales, se le hará un análisis de sangre para ver si está inmunizada contra la rubéola. Si los resultados muestran que no lo está, se le administrará la vacuna triple vírica durante su estancia de posparto. Esta vacuna no se le puede administrar a las embarazadas. Es segura ponérsela tras haber dado a luz. Si se le administra esta vacuna y no está inmunizada, la protegerá de contraer la enfermedad y de contagiársela a su bebé.

Cómo amamantar a su bebé

Como muchas madres, quizás quiera amamantar a su bebé. Es importante tener un buen comienzo. UnityPoint Health - Meriter ha sido nombrado "hospital cordial con los bebés" por ofrecer cuidados del más alto nivel a las madres que dan el pecho y sus bebés. Nuestras enfermeras están formadas para ofrecer apoyo a la lactancia. Compartirán con usted sus conocimientos y le proporcionarán la tranquilidad que necesita para amamantar a su bebé con habilidad y confianza. La formación que reciben nuestras enfermeras las capacita para ofrecerle a usted su experto apoyo las 24 horas del día. Si necesita más ayuda para amamantar, se la puede remitir a una especialista en lactancia para hacer una consulta.

Servicios de lactancia

Nuestras consultoras de lactancia están certificadas y están aquí para ofrecer apoyo a la lactancia materna y su enseñanza, si usted tuviera necesidades más allá de lo que nuestras enfermeras en plantilla expertamente formadas le pueden ofrecer. Las consultoras también están a su disposición para programar una cita con usted como paciente externa, si se necesita un seguimiento una vez esté en la casa.

Información sobre el sacaleches

En la era de la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio (por sus siglas en inglés, ACA), muchas madres que acaban de dar a luz tienen preguntas sobre cómo conseguir un sacaleches. Cada compañía de seguros tiene sus propios criterios y quizás sólo ofrezca una marca o un tipo de sacaleches en concreto. Las compañías de seguros sólo explicarán las prestaciones del seguro al titular del mismo (ni a su profesional sanitario, ni a las enfermeras del hospital), por tanto, es importante que se ponga en contacto con su compañía de seguro médico y pregunte acerca de la cobertura de un sacaleches.

Es buena idea prepararse para todo esto antes del parto.

- Llame a su compañía de seguro médico. Pregunte: "¿Tengo cobertura para un sacaleches?" Si sí, "¿Qué tipo de sacaleches recibiré?", "¿Dónde lo consigo?", "¿Qué he de hacer para conseguir un sacaleches?"
- Normalmente, se exige una receta por escrito. Ésta la debe extender su profesional sanitario de cabecera (no el de su bebé). Se puede hacer cuando esté en el hospital o, si lo aprueba su compañía de seguros, antes de que dé a luz; sólo tiene que preguntárselo a su seguro. En la receta debe figurar el tipo correcto de sacaleches que su compañía de seguros le permite recibir (p.ej. "sacaleches eléctrico doble" o "sacaleches manual"). Asegúrese de preguntar si hay alguna otra información que deba incluirse en la receta para garantizar que no se produzca después un retraso a la hora de recibir su sacaleches.
- Hay muchos sitios en Madison donde se puede conseguir un sacaleches. Asegúrese de que obtiene el suyo en un lugar aprobado por su seguro médico. Además, algunos seguros envían directamente el sacaleches por correo. Puede tardar varias semanas en llegar, por lo tanto, es importante que planifique con la mayor antelación posible.
- Si su seguro es Badgercare, su profesional sanitario debe llenar un formulario especial. Su profesional sanitario lo puede conseguir en la Unidad de Posparto del hospital o se puede imprimir en la página web de Badgercare. <https://www.dhs.wisconsin.gov/forms/f0/f01153.pdf>

Lo mejor es planificar con antelación y hablar con su compañía de seguros para asegurarse de que recibe su sacaleches a tiempo.

Seguimos unas precauciones estrictas para protegerlos a usted y su bebé.

- En cuanto nazca el bebé, la enfermera le colocará al bebé unas bandas de identificación en la muñeca y el tobillo. También se la colocaremos en la muñeca a usted y a la persona de apoyo. Los números de las bandas de su bebé coinciden con los suyos.
- Cada vez que usted y el bebé se separen, al reunirse de nuevo, se compararán la banda de identificación del bebé y la suya para asegurarnos de que coinciden.
- Todos los empleados del hospital llevan puesta una tarjeta de identificación con foto única que muestra su nombre y su cargo. Las tarjetas del personal del Centro de Maternidad son rosadas. Esto los identifica como personal del Centro de Maternidad y están autorizados a llevarse a su bebé fuera de su habitación para prestarle cuidados y tratamiento.
- Si no le convence alguien que quiere llevarse a su bebé, llame a la enfermera. Usted siempre puede acompañar a su bebé.
- Todos los pisos del Centro de Maternidad están cerrados con llave. Sólo se permite entrar a los padres, los visitantes autorizados y el personal. Antes de permitirles la entrada a la unidad, todas las personas que lleguen a la entrada del departamento deberán facilitar el nombre y apellido de la paciente a la que quieren ver, y el número de habitación en la que se encuentra.
- Nunca deje solo a su bebé
- Si va al baño, llévese consigo al bebé en el moisés o déjelo con alguien en quien confíe.
- Coloque el moisés del bebé junto a su cama.
- A pesar de que establecer un vínculo afectivo con su bebé es muy importante, asegúrese, por favor, de que, si ha tomado algún medicamento para el dolor, tiene somnolencia o tiene pensado echarse una siesta o dormir, el bebé está en su moisés, acostado boca arriba.

- Un entorno SEGURO para dormir es importante para la prevención del síndrome de muerte súbita del lactante (por sus siglas en inglés, SIDS). Esto se puede hacer fácilmente recordando hacer lo siguiente:

Dormir solo(a) en una cuna o moisés

Siempre boca arriba

Rostro visible

Cuna vacía (sin juguetes, ni almohadillas para golpes, ni cobijas pesadas o sueltas)

Su enfermera la ayudará a asegurarse de que su recién nacido permanece seguro, tanto cuando esté en sus brazos como en la cuna, para que aprenda cómo seguir haciéndolo cuando esté en la casa.

- Si lo desea, la persona de apoyo puede quedarse a pasar la noche con usted o cuando usted necesite dormir. Este tiempo juntos ayuda a crear un vínculo de familia y ofrece más tiempo para aprender a cuidar del bebé.
- Por motivos de seguridad, mantenga al bebé en el moisés cuando lo transporte fuera de su habitación.
- Los expertos en seguridad para los bebés comprenden que las familias quieren compartir la noticia del nacimiento de su bebé. Sin embargo, ellos sugieren que esto se considere con detenimiento antes de anunciarlo en el periódico local, redes sociales o poniendo un cartel delante de la casa o en la puerta.
- Una vez estén en la casa, por favor, tenga cuidado con a quién deja entrar.

Los gobiernos federal y estatal, con el gran apoyo de la comunidad sanitaria, exigen que a todos los bebés se les hagan pruebas de detección sistemática para ciertos problemas que requieren una intervención temprana. Las pruebas de detección temprana garantizan que los bebés que dan positivo para cualquier trastorno puedan recibir un tratamiento inmediato. También hay algunos medicamentos importantes que se le dan al bebé tras su nacimiento.

- Cribado neonatal del Departamento de Salud de Wisconsin: entre las 24 horas de vida y el día en que su bebé se va a la casa, se le toma una muestra de sangre del talón y se envía al laboratorio para ver si tiene algún trastorno metabólico o hereditario. A usted se le entrega una hoja informativa donde se explican estas pruebas. El profesional sanitario de su bebé le informará acerca de los resultados; esto suele ser, normalmente, en el chequeo del bebé a las dos semanas. Si hubiera alguna pregunta o preocupación sobre los resultados, se pondrían en contacto con usted antes.
- Cribado auditivo neonatal universal: a todos los recién nacidos se les hace una prueba de audición antes de irse a la casa. Es importante que los padres y el profesional sanitario del bebé sepan si hay una posible pérdida de audición. Ésta se realiza cuando el bebé está dormido o despierto, y tan sólo toma unos minutos en cada oído, sin causarle ningún malestar al bebé. Si los resultados de la prueba conllevaran una remisión, se le programará una cita para repetirle la prueba más adelante.
- Cribado de cardiopatías congénitas críticas (por sus siglas en inglés, CCHD): esta importante prueba de detección es obligatoria para todos los bebés nacidos en Wisconsin. Se realiza utilizando un sensor con una luz (oximetría de pulso) para ver si hay niveles bajos de oxígeno en la sangre. El sensor se coloca en la mano derecha del bebé y en un pie. Esta indolora y rápida prueba de detección ayuda a identificar a los bebés con graves problemas de corazón, que presentan un aspecto normal durante los primeros días

después de nacer, pero que necesitan una intervención temprana.

A pesar de que estos problemas son raros, esto permite identificar a los bebés que puedan requerir pruebas adicionales para determinar si tienen un problema cardíaco.

- Una pomada oftálmica antibiótica se aplica en la primera hora de vida para prevenir una infección. Esta pomada es segura y no le causa ningún dolor ni daño a su bebé. Se ha demostrado que el uso de esta pomada es la mejor forma de prevenir la ceguera en recién nacidos en Estados Unidos. Si tiene alguna pregunta sobre ella, hable con el profesional sanitario de su bebé.
- La vitamina K es una inyección que se le pone a su bebé en su primera hora de vida. Esta vitamina es importante para ayudar a que la sangre de su bebé forme coágulos. Los recién nacidos no producen vitamina K durante las primeras semanas de vida. Ponerle vitamina K ayudará a su bebé a prevenir un sangrado peligroso. Puede informarse más sobre este importante medicamento leyendo la hoja informativa en la página web del Centro para el Control de Enfermedades (Center for Disease Control): <http://www.cdc.gov/ncbddd/blooddisorders/documents/vitamin-k.pdf>

Si tiene alguna pregunta sobre la vitamina K, debe consultar con el profesional sanitario de su bebé antes de dar a luz.

- La vacuna contra la hepatitis B se le pondrá a su bebé en las primeras 24 horas de vida para ayudar a protegerlo contra la hepatitis. Ésta es la primera de las vacunas que recibirá. Las siguientes vacunas contra la hepatitis B se le pondrán durante las citas de reconocimiento médico del bebé y antes de que comience la escuela, de forma que se garantice una inmunidad completa.

Estamos aquí para ayudar, así que, por favor, haga las preguntas que tenga. Es importante que comprenda el propósito de cada prueba e intervención que les hagamos a usted o a su bebé.

Fotografías del recién nacido

Sabemos lo importante que es para usted captar los primeros días de la vida de su bebé. Estamos asociados con Serendipity Photo Studio para ayudarla a captar esos momentos. Éste es un servicio especial que ofrecemos a los padres, pero la participación es voluntaria. Los fotógrafos de Serendipity, especialmente formados, le visitarán durante su estancia y, si usted quiere, elegirán una hora que le vaya bien a usted y su familia para hacerle fotos a su nuevo bebé. El fotógrafo le propondrá diferentes ideas para las fotos, en las cuales pueden estar los hermanos y los padres, si lo desea. Siéntase libre de traer consigo al hospital un conjunto especial, un gorro o un accesorio que quiera usar en estas fotos. Nuestra guardería en línea permite a las familias compartir estas bellas fotos de sus recién nacidos con su familia y amigos en cualquier parte del mundo. Visite la Baby Gallery (Galería de bebés) en nuestra página web para ver algunas muestras de las fotos: <https://www.unitypoint.org/madison/baby-gallery.aspx>. Si da su consentimiento, su bebé también puede aparecer en la página de Facebook de UPH-Meriter.

Dada de alta

Es emocionante llevarse a su bebé a la casa. Queremos ayudarla para que dejar el hospital sea un proceso sin problemas. Tanto a usted como a su bebé tendrán que verlos su(s) profesional(es) sanitario(s) el día que se vayan a la casa, y su enfermera revisará con usted las instrucciones para los cuidados en la casa.

Depresión posparto

Durante el embarazo y después del parto, muchas madres experimentan tristeza, miedo, ansiedad y dificultad para tomar decisiones. Su profesional sanitario la puede ayudar a averiguar si está sufriendo una depresión posparto (por sus siglas en inglés, PPD) y los pasos correctos que se deben tomar.

Ofertas educativas

El Departamento de educación sanitaria para las familias de UnityPoint Health - Meriter ofrece clases para prepararla a usted para la llegada de su nuevo bebé. Nuestras clases llevan ayudando a las familias del Condado de Dane durante más de 20 años. Queremos que su familia tenga el mejor comienzo posible con su nuevo bebé.

Todas las clases están en nuestra página web. www.unitypoint.org/madison

Parto: la prepara para el nacimiento de su bebé

Cuidados del recién nacido: la ayuda a cuidar de su bebé

Lactancia materna: le enseña la información básica acerca del amamantamiento

Crianza de los nietos: los prepara para su nuevo(a) nieto(a)

Parto en el agua: le informa sobre cómo es tener un parto en el agua

Crianza de los hijos: ayuda a los nuevos padres y las familias

La hora de la madre y el bebé: con apoyo a la lactancia materna

La hora del bebé con la familia: todos los padres son bienvenidos

Una bienvenida con confianza: cómo comprender la clase en línea sobre el parto. Esta clase en línea la ayuda a aprender sobre el parto, los cuidados del recién nacido y la lactancia materna.

Llámenos al 608-417-8446 o envíenos un correo electrónico a: MSN_FamilyHealth@unitypoint.org

- Si necesita ayuda para inscribirse en las clases.
- Si desea hablar con un miembro del equipo.

¡Estamos deseando conocer a su familia!



Cómo escoger a un profesional para su bebé



Pediatras y médicos de medicina de familia

Planificar para un nuevo bebé puede ser uno de los momentos más emocionantes en su vida y uno de los más exigentes. Pensar en nombres, preparar un espacio en su casa y adquirir todo el equipo que necesita el bebé son sólo algunas de las cosas que le llevarán tiempo planificar durante el embarazo. Escoger al profesional sanitario apropiado para su bebé también debería estar en su lista de cosas para hacer antes de que nazca el bebé.

A continuación, le ofrecemos algunos consejos para ayudarla a empezar:

- La búsqueda de un profesional sanitario debería empezar, como mínimo, tres meses antes de la fecha en que salga de cuentas. Los bebés pueden llegar prematuramente y querrá haber encontrado a un profesional sanitario cuyo estilo y personalidad complementen los suyos propios.
- Algunos planes de seguros médicos le limitan las opciones de profesionales sanitarios entre los que elegir. Asegúrese de comprobar qué red de profesionales incluye su plan antes de elegir uno.
- Una vez que sepa qué profesionales cubre el plan de su seguro médico, haga una lista de los profesionales con la ayuda de gente en la que confíe: parientes, amigos, vecinos y compañeros de trabajo que compartan con usted el mismo estilo de crianza de los hijos. Su profesional de obstetricia también le puede ser de gran ayuda.

Este nuevo profesional sanitario será el primero que atiende a su bebé. Querrá asegurarse de que se siente cómoda con él/ella, el personal de su consulta, la ubicación y el entorno. Una cita prenatal es un buen momento para los padres para conocer al personal de la consulta y hacer preguntas, tipo:

- ¿A qué hospital va el profesional del recién nacido?
- ¿Cuáles son sus horas de consulta?
- ¿Es una consulta de varios profesionales?

- ¿El correo electrónico es una opción para comunicarse con el profesional de su bebé?
- ¿Tienen MyChart?
- ¿Cuáles son las políticas de pago?

Programe una cita prenatal para conocer y presentarse al profesional ("Meet and Greet") y quizás eso la ayude a decidir si es compatible con su estilo de crianza de los hijos.

Algunas de las preguntas que le puede hacer son:

- ¿Cuáles son sus recomendaciones en lo que a la circuncisión se refiere?
- ¿Qué tipo de apoyo ofrece usted a la lactancia materna?
- ¿Ofrece usted enfoques alternativos a los tratamientos?
- ¿Cómo se enfoca usted en los cuidados preventivos?

Pediatras

La pediatría es la especialidad que se centra por completo en la salud física, emocional y social de los niños, desde su nacimiento hasta la adolescencia.

Médicos de medicina de familia

Los médicos de medicina de familia están capacitados para atender a pacientes de todas las edades. Ello significa que su hijo podría ver al mismo profesional desde su nacimiento hasta la edad adulta y que todos los miembros de su familia pueden recibir atención primaria de este mismo profesional.

Registro para uso durante el embarazo

Use este formulario para llevar el registro de sus citas de obstetricia y de la información prenatal.

Fecha de la cita	Semana de embarazo	Profesional que me atendió	Frecuencia cardíaca del bebé	Notas

