

Los recién nacidos con síntomas de abstinencia en la NICU: Acuerdo de cuidados para la familia

Todos los recién nacidos necesitan cuidados constantes y caricias. Sin embargo, los recién nacidos con síntomas de abstinencia son particularmente sensibles y por lo tanto, requieren de cuidados delicados. Este folleto explica lo que usted y su familia pueden hacer para ayudar a darle estos cuidados a su bebé en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (NICU, por sus siglas en inglés). Le pedimos que lo lea y firme la parte inferior de esta página para asegurarnos que comprende la información y se compromete a ayudarnos a darle los mejores cuidados a su bebé.

Lo alentamos a que visite a su bebé a menudo, pero le pedimos que nos ayude a mantener un entorno tranquilo. Su bebé se sentirá reconfortado con su presencia. **Si usted puede comprometerse a venir al hospital con regularidad, comparta su horario con el personal de la NICU.** Esto ayudará a que el equipo médico organice y le de los cuidados necesarios a su bebé.

Haga estas cosas para ayudar a su bebé mientras esté en la NICU:

- **Relájese.** Dado que los bebés con síndrome de abstinencia pueden estar irritables e inquietos, puede ser útil que usted esté tranquilo. Respire profundo y trate de hacerlo sentir cómodo y seguro.
- **Hable antes de tocarlo.** Salude y háblele a su bebé en un tono suave y pausado antes de tocarlo.
- **Evite los excesos.** Ayude a crear un entorno tranquilizador manteniendo las luces apagadas y hablando o poniendo música en un volumen bajo.
- **Respete un horario regular.** Establezca una rutina para las comidas, cambio de pañales, etc.
- **Responda con calma y rapidez a las señales de su bebé.** Es más fácil tranquilizar a un bebé cuando comienza a ponerse inquieto que esperar hasta que esté demasiado irritable o molesto.
- **Sea cuidadoso y firme.** Cargue a su bebé haciendo un poco de presión para hacerlo sentir seguro y tranquilo. Anime a su bebé a chuparse los dedos o a usar un chupón (“binky”).



Siga estas normas en la NICU para ayudar a que su bebé se recupere lo antes posible.

- **Sostenga a su bebé piel a piel.** Cargar a su bebé cerca, de modo que sus pechos desnudos se toquen, puede tranquilizarlos a ambos.
- **Cuando ponga a su bebé en la cuna, acuéstelo de lado, acurrucado en forma de C con las piernas inclinadas hacia arriba a la altura de la cadera.** Acueste y cargue a su bebé en esta posición haciendo un poco de presión suave. El peso de su mano y el propio peso del bebé pueden ayudar a que este se relaje.
- **Envuelva a su bebé en una manta.** Los cuidadores de su bebé le pueden enseñar cómo hacerlo. Envolver a los recién nacidos hace que se sientan seguros y en control de sus cuerpos.
- **Haga movimientos lentos y rítmicos.** Cuando cargue a su bebé, trate de mecerlo haciendo una forma de “ocho”, comenzando a la altura de la cabeza hacia los pies.

Para ayudar a que mi bebé descanse y se recupere, yo _____, me comprometo a seguir las pautas que se describen en este folleto.

