



La hora de los padres en la NICU/IICN

Guía para la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (NICU) y para la Unidad de Cuidados Intensivos Intermedios (IICN)

Visión general

- Sepa qué es un hospital de enseñanza
- Sepa quienes son los proveedores de servicio de salud del equipo médico de su bebé
- Cómo funciona su familia y lo que ustedes necesitan
- Herramientas para estrechar relaciones
- Maneras para comunicarse con el personal de servicios de salud
- Lo que funciona bien para usted y lo que no
- Cómo dirigir sus preguntas y preocupaciones cuando las tenga

Cómo cuidar a su bebé:

- ◆ Identifique cómo trabajar mejor con el personal de servicios de salud y qué es lo que necesita
- ◆ Observe y haga preguntas
- ◆ Tome notas/ escriba un diario
- ◆ Tome fotografías para dar seguimiento al crecimiento de su bebé y los cambios en su problema de salud
- ◆ Identifique a las personas dentro del sistema con las que usted trabaje bien
- ◆ Vaya a la biblioteca del centro de recursos familiares o visite la estación de computadora (3er piso) para aprender más sobre el problema médico de su bebé

Cómo sobrellevar la hospitalización de su bebé

- ☀ Diseñe una página electrónica de cuidados para enviar mensajes a sus familiares y amigos o designe una persona que informe a los demás, según usted se sienta más cómodo
- ☀ Hable con alguien sobre los momentos que usted está viviendo
- ☀ Muestre compasión y comprensión hacia usted mismo y hacia su pareja
- ☀ Tome una siesta en la sala de descanso para los padres (2º piso) o en la sala de descanso Serenidad (3er piso)
- ☀ Haga ejercicio o estiramientos en el Gimnasio de Stanford (hable con su trabajador/a social sobre para obtener un pase)
- ☀ Traiga actividades (libros, rompecabezas, tejido, juegos de mesa, aparatos para oír música, etc...)
- ☀ Venga a “La hora de los padres” o hable con los padres mentores para compartir sus experiencias y aprender de los demás padres
- ☀ Salga a caminar en el jardín de la azotea (el código de acceso es 78296R)
- ☀ Lleve a los hermanos a la zona “Forever Young”
- ☀ Visite la capilla ecuménica (en el 2º piso) abierta las 24 horas del día los 7 días de la semana
- ☀ Investigue o pregunte sobre recursos comunitarios, grupos de apoyo, terapias para que le den apoyo adicional
- ☀ Obtenga un masaje de silla en Stanford (\$15 dólares por 15 minutos), Stanford E3 Área de espera del 3er piso de Stanford, Servicio a los Huéspedes de Stanford (650) 498-3333

