

Hablemos sobre...

Cómo ayudar a su bebé en el hospital

Ayudar a su bebé en el hospital significa tratar de mantenerlo cómodo a través de la presencia de un cuidador y a formas de relajamiento sensorial (tacto, sonido, vista y movimiento). Esto puede ayudar a los bebés a sentirse menos estresados y afrontar mejor su estancia.

Cómo crecen y aprenden los bebés:

- Aprenden a través de sus sentidos (tacto, vista y sonido).
- Establecen vínculos afectivos estrechos con su familia.
- De los 8 a 10 meses, podrían tener miedo a los extraños.
- A los 9 meses, podrían sentir miedo de estar lejos de la familia.

Qué les causa estrés:

- Estar lejos de los padres o cuidadores.
- Los ruidos fuertes y las luces brillantes (esto puede ser abrumador).

Señales de estrés:

- Tener dificultades para establecer vínculos afectivos.
- Falta de confianza o comportamiento temeroso.
- Crecimiento físico o mental más lento.

Para obtener más información, o para conectar con un especialista en vida infantil, por favor visite: <http://ucdavis.health/childlife>



Sugerencias para los padres:

(Es útil coordinar con el enfermero para asegurarse de que cualquiera de las ideas indicadas a continuación sea segura para su bebé.)

- Mantenga una rutina: Trate de seguir el mismo horario que tenía en el hogar.
- Manténgase involucrado: Toqué, hable y abrace a su bebé tanto como sea posible.
- Reduzca el ruido y la luz: Hable en voz baja, baje la intensidad de las luces y mantenga la habitación en silencio.
- Use artículos reconfortantes: Traiga de casa juguetes que se iluminen, música relajante, fotos de la familia o una cobija favorita.
- Información para el personal: Diga al personal del hospital lo que su bebé necesita y cómo muestra sus sentimientos.
- Exploración: Dele a su bebé tiempo para explorar su espacio cuando sea seguro.
- Esté alerta a los cambios: Si el comportamiento de su bebé cambia, puede que se sienta abrumado por las luces o sonidos.