

Qué Esperar Después de Dar a Luz a Su Bebé en Capital Health



Descanza y Duerma

Hay muchas razones por las que pueda que no sientas que estás descansando lo suficiente después de dar a luz a su bebé. Muchas personas no duermen bien más tarde en el embarazo. Además, el trabajo físico de parto es agotador. La emoción, las visitas frecuentes y estar en una cama de hospital también pueden contribuir a no sentirse completamente descansado. En Capital Health, nos comprometemos a prepararte para qué esperar mientras estás en el hospital después del parto, al mismo tiempo que brindamos el apoyo adecuado a las familias mientras se recuperan, se recuperan y se vinculan con su nuevo bebé.



Interrupciones Esperadas en el Descanso en la Unidad Posparto

Si bien el descanso es extremadamente importante durante el período posparto, hay mucho que lograr para que la persona que da a luz y el recién nacido sean dados de alta de forma segura a casa en solo unos pocos días. La siguiente es una lista de ocurrencias generales que puede esperar durante su estancia en la unidad posparto:

- Alimentar al recién nacido 8–12 veces en un período de 24 horas (alrededor de cada 2–3 horas)
- Signos vitales cada 4–8 horas en la persona que da a luz y el recién nacido
- Evaluación de la cabeza a los pies de la persona que da a luz y del recién nacido cada 8 horas y con mayor frecuencia inmediatamente después del parto o según indicación médica
- Visita de la oficina de actas de nacimiento
- Examen de audición para recién nacido
- Análisis de sangre del recién nacido y análisis de sangre de la persona que da a luz, al menos uno, más si está indicado
- Visitas de IBCLs (Consultadoras de Lactancia)
- Enfermeras que evalúan, evalúan y controlan durante todo el día y la noche a la persona que da a luz y al recién nacido
- Evaluaciones y evaluación de la persona que da a luz por parte de un Proveedor Obstétrico o Partera
- Evaluaciones de proveedores pediátricos y evaluación de recién nacido
- Servicios ambientales ordenando la habitación del hospital/vaciando los botes de basura
- Entrega y recogido de bandejas de comida dietética

Continúa atrás

Qué Esperar Después de Dar a Luz a Su Bebé en Capital Health

Continuó desde el frente



La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP) recomienda Compartir Habitaciones con su Recién nacido:

- Se recomienda para todo el primer año de vida del bebé en su cuna o moisés- usamos este modelo en Capital Health
- Compartir habitación puede reducir el riesgo de SIDS (Síndrome de Muerte Infantil Súbita)
- Te ayuda a aprender las señales de alimentación de tu bebé y a familiarizarte con sus necesidades
- Estás lo suficientemente cerca para calmar a tu bebé cuando llora
- Te ayuda a aprender a tener más confianza al cuidar a su bebé

Alimentación en Racimo:

- La alimentación en racimos es cuando su bebé se alimenta muy seguido en determinados momentos del día y es muy común en los recién nacidos. Generalmente ocurre por la noche, pero cada bebé es diferente.
- Por lo general, verás entre 5–10 tomas durante un período de 2–3 horas, seguidas de 4–5 horas de sueño.
- Es posible que su bebé mantenga patrones de vigilia similares a los que tenía cuando estaba embarazada, por lo tanto, es posible que continúe despierto por la noche durante las primeras semanas después del nacimiento.

Cosas Importantes para Recordar y Preparar Antes de Venir al Hospital:

- Asegúrese de tener un asiento para automóvil con un **arnés de cinco puntos** que cumpla con las Normas Federales de Seguridad de Vehículos Motorizados. Por favor, tenga esto listo para llevarlo al hospital después de dar a luz a su bebé.
- Por favor, tenga un **pediatra de seguimiento ambulatorio** elegido antes del momento de dar a luz a su bebé.



capitalhealth

MATERNITY SERVICES