

Pasaporte de maternidad y guía de procedimientos



Ascension

Misión

Basados en el ministerio del amor de Jesús como sanador, nuestro compromiso es servir a todas las personas, con especial atención a las personas pobres y vulnerables. Nuestro ministerio de salud católico se dedica a dar una atención holística centrada en la espiritualidad, que conserva y fomenta la mejora de la salud de las personas y las comunidades. Promovemos una sociedad compasiva y justa mediante nuestras acciones y nuestras palabras.

Valores

Servicio a los necesitados: generosidad de espíritu, especialmente para las personas más necesitadas.

Reverencia: respeto y compasión por la dignidad y la diversidad de vida.

Integridad: inspirar confianza mediante el liderazgo personal.

Sabiduría: integrar la excelencia y la administración.

Creatividad: innovación valiente.

Dedicación: afirmar la esperanza y el gozo de nuestro ministerio.



Felicitaciones por su embarazo. El equipo de atención de Ascension le da la bienvenida.

Nos alegramos de que elija a un proveedor de Ascension para el nacimiento de su bebé. El personal experimentado de cada hospital se compromete a ayudarla a lograr una experiencia de parto segura y memorable. Damos atención de enfermería personal y atenta, educación continua para el paciente y un enfoque familiar. Puede encontrar los servicios de maternidad de Ascension en estos hospitales:

- Ascension Seton Medical Center Austin
- Ascension Seton Williamson
- Ascension Seton Northwest
- Ascension Seton Hays
- Ascension Providence Waco

Nuestro personal le dio este Pasaporte de maternidad como guía para los Servicios de Maternidad de Ascension para que pueda prepararse para su parto y saber qué esperar antes, durante y después del nacimiento de su hijo. Gracias por confiar en nosotros y elegirnos como el lugar de nacimiento de su bebé. Estamos seguros de que estará satisfecha con la atención experta que damos a cada paciente.

Habitaciones

Suites de trabajo de parto/parto/recuperación (LDR): las suites LDR tienen capacidades de monitoreo inalámbrico para permitirle caminar libremente durante el trabajo de parto. Nuestro objetivo es individualizar su experiencia de parto apoyando las medidas de comodidad que haya elegido para el parto, incluyendo pelotas de parto, barras de sentadillas, rebozo, aromaterapia, música, y la asistencia de una comadrona u otro apoyo durante el trabajo de parto.

Habitaciones de parto por cesárea: si se requiere un parto por cesárea, hay un quirófano de última generación convenientemente situado en la Unidad de Trabajo de Parto y Parto (Labor and Delivery Unit).

Habitaciones para madres/bebés: cada habitación privada para madres/bebés está diseñada para crear un ambiente enriquecedor centrado en la familia.

Unidades de cuidados intensivos neonatales (NICU)

El personal de la NICU adopta un enfoque de atención familiar. El equipo de la NICU incluye neonatólogos certificados por la junta, enfermeros de práctica avanzada neonatales, enfermeros calificados, terapeutas respiratorios y trabajadores sociales que están especialmente capacitados para atender a recién nacidos prematuros y en estado crítico las 24 horas del día. Los proveedores de servicios de apoyo adicionales incluyen dietistas registrados, consultores de lactancia, terapeutas del habla y fisioterapeutas. Si surge la necesidad, los bebés pueden ser transportados a un nivel de atención más alto. Dentro del Sistema de Ascension podemos dar cualquier nivel de atención necesaria para su bebé.

- Una NICU de nivel II da atención para recién nacidos no críticamente enfermos que nacieron a las 32 semanas de gestación o más tarde y que pueden necesitar apoyo adicional como líquidos intravenosos o antibióticos.
- Una NICU de nivel III da servicios quirúrgicos neonatales limitados.
- Una NICU de nivel IV da el nivel más alto y más amplio de servicios de apoyo quirúrgico neonatal.

Índice

Su hospitalización 3

Preinscripción.....	3
Proceso de registro.....	3
Certificación previa de seguro.....	4
Pago.....	4
Otros cargos.....	4
Seguro para su bebé.....	4

Consejos para ayudarla a tener un embarazo saludable..... 5

Atención prenatal.....	5
Alimentación saludable durante el embarazo.....	5
Actividad física.....	5
Consumo de alcohol durante el embarazo.....	5
Fumar durante el embarazo.....	5
Trastorno por consumo de opioide.....	5
Cinco cosas que puede hacer para prevenir infecciones.....	6
Cuándo llamar a su médico durante el embarazo.....	6

Clases y tours educativos para padres 7

Serie de parto preparado.....	7
Serie para padres.....	7
Tours de maternidad.....	8

Preparativos de seguridad para su bebé 9

Seguridad del asiento para auto.....	9
Golpe de calor.....	10
Descanso seguro.....	10
Seguridad en el agua.....	10
Reanimación cardiopulmonar (RCP).....	10
Entrega en un sitio Bebé Seguro.....	11
Síndrome de impacto por sacudida.....	12
Safe Kids Austin.....	12

Su experiencia hospitalaria con Ascension 13

Qué esperar al llegar.....	13
Formularios de consentimiento al llegar a la Unidad de Trabajo de Parto y Parto.....	13
Información sobre el consumo de tabaco.....	13
Visitas.....	13
Personalizar su experiencia de parto.....	13
Cámaras de fotografía y video.....	13
Tipos de parto.....	13
Manejo del dolor.....	14
Qué esperar después del parto.....	15
Hora dorada.....	15
Apoyo en la sala de partos.....	16
Recuperación posparto.....	16
Elegir el médico de su bebé.....	16

Lactancia..... 17

La estancia de su bebé en el hospital 18

Formularios de consentimiento después del nacimiento de su hijo.....	18
Medicamentos que recibirá su bebé.....	18

Retraso del baño.....	18
Seguridad infantil.....	18
Sostener al bebé.....	18
Expectativas de la circuncisión.....	19
Examen de audición.....	19
Examen del corazón.....	20
Examen de bilirrubina (ictericia).....	20
Examen de detección de trastornos médicos en recién nacidos de Texas.....	20
Certificado de nacimiento.....	20
Número de seguro social.....	20
Registro de vacunación.....	20
Servicios de salud y humanos de Texas.....	20
Oficina del fiscal general de Texas.....	20

Prepararse para ir a casa con su bebé 21

Qué hacer antes de ir a casa.....	21
Llamadas de asistencia de transición desde Ascension.....	21

Cuidarse 22

Hipertensión y hemorragia maternas.....	22
Trata de personas.....	22
Tráfico sexual.....	22
Violencia doméstica.....	22
Señales de advertencia maternas urgentes.....	23

Información sobre su parto programado 24

Preparación para el parto..... 25

Preparándose para un parto programado.....	25
Tratamientos previos al ingreso antes del parto.....	25
Información general sobre su cesárea.....	25
El día de su cirugía o procedimiento.....	25
Cómo puede ayudar en el proceso de seguridad para su parto... 26	26

Preguntas frecuentes sobre infecciones

del sitio quirúrgico 27

¿Qué es una infección del sitio quirúrgico (SSI)?.....	27
¿Se pueden tratar las SSI?.....	27
¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir SSI?.....	27

Sobre su hospital 28

Ascension Seton Medical Center Austin..... 29

Ascension Seton Hays 31

Ascension Seton Williamson 33

Ascension Seton Northwest Hospital 35

Ascension Providence Waco 37

Formulario de preinscripción para recibir servicios de maternidad 39

Lista de verificación para el embarazo 41

Qué llevar en su bolso de maternidad 42

Notas 43



Su hospitalización

Preinscripción

Es muy importante registrarse previamente en el hospital bastante antes de la fecha de parto. La animamos a que se registre en su tercer o cuarto mes de embarazo.

Hay dos formas sencillas de hacer la preinscripción:

1. Puede usar el formulario de preinscripción adjunto u obtener uno en el consultorio de su proveedor de atención médica. Solo tiene que completarlo y enviarlo por correo a la dirección que figura en el formulario. No se enviará ninguna confirmación, pero puede confirmar que el hospital recibió su formulario llamando a la oficina de ingresos del hospital.
2. Puede ir a la oficina de ingresos del hospital para preinscribirse durante el horario laboral habitual de lunes a viernes. Traiga una copia de su seguro o tarjeta de Medicaid. Llame a la oficina de ingresos del hospital para conocer el horario de atención y las direcciones.

Proceso de registro

Nuestro objetivo es dar una atención excelente empezando por el momento del registro. Estamos comprometidos a hacer que su experiencia sea positiva, amigable y eficiente. Con ese objetivo en mente, un representante de inscripción se comunicará con usted antes de su cirugía o procedimiento programado. Como parte del proceso, nuestro personal se comunicará con su compañía de seguros para determinar su elegibilidad para recibir los beneficios.

El representante le pedirá la información de su seguro, actualizará sus datos demográficos personales y lo informará de su obligación financiera con el hospital.

El día de su inscripción, deberá traer los siguientes artículos:

- Número de seguro social
- Tarjetas de seguro médico
- Copia de las directivas anticipadas/testamento vital actuales
- Todos los formularios de consentimiento, documentos del consultorio de su médico
- Identificación con fotografía (licencia de conducir, otra identificación emitida por el estado o identificación militar)
- Método de pago (cheque, efectivo, tarjeta de crédito o débito)

Al llegar al hospital para la preadmisión, firme la entrada en el mostrador de registro. Nuestros representantes de inscripción verificarán que toda su información sea correcta, le harán firmar todos los formularios necesarios y resolverán cualquier obligación financiera.

Si tiene alguna otra pregunta sobre su registro, se puede comunicar con nosotros:

- Ascension Seton Medical Center Austin: (512) 324-8750
- Ascension Seton Hays: (512) 504-5000, ext. 45021
- Ascension Seton Williamson: (512) 324-4262
- Ascension Seton Northwest Hospital: (512) 324-6000
- Ascension Providence: (254) 751-4000

Para su seguridad, tenga en cuenta que se le pedirá que verifique su nombre, fecha de nacimiento y sitio quirúrgico o de procedimiento varias veces a lo largo de sus servicios aquí en Ascension Texas para garantizar la precisión.

Certificación previa de seguros

Muchas compañías de seguros requieren una certificación o una aprobación previa. Es importante que se comunique con su compañía de seguro médico para averiguar cuáles son sus beneficios de maternidad y cómo obtener una aprobación previa. Su empleador también puede tener información sobre sus beneficios. Tenga en cuenta que la falta de una certificación previa de su compañía de seguros puede reducir el pago del seguro, y usted sería responsable de pagar el saldo.

Pago

Se pide un depósito para copagos, deducibles y artículos no cubiertos por el seguro en el momento de la preinscripción, las pruebas de preadmisión o el ingreso el día del procedimiento. Ascension acepta efectivo, cheques, giros postales y las principales tarjetas de crédito. Para comodidad del paciente, los pagos se pueden hacer en línea en healthcare.ascension.org/Billing/Texas. Los miembros de nuestro personal están disponibles para ayudarla con las opciones para cumplir su responsabilidad financiera.

Otros cargos

Algunos médicos especialistas pueden facturarle directamente el componente profesional de ciertos servicios. Por lo general, los servicios de radiología, anestesiología y anatomopatología en el hospital darán lugar a dicha facturación profesional. Su facturación es independiente de la factura del hospital y no es una duplicación de la facturación. Si recibiera una factura de una clínica de especialidad y tiene preguntas sobre esa factura, deberá comunicarse directamente con ese componente profesional.

Seguro para su bebé

Tenga en cuenta que una vez que nazca su bebé, debe llamar a su compañía de seguros para agregarlo a su póliza (generalmente dentro de los 30 días después del nacimiento).

Si usted es una madre joven con cobertura en la póliza de seguro de sus padres, no debe suponer que la póliza cubrirá a su bebé. Muchas compañías de seguros no pagarán la factura del hospital, la atención del recién nacido en el hospital ni las vacunas de un niño. Algunas compañías de seguros pueden pagar algunos cuidados para un niño, pero solo si los abuelos pueden reclamar al niño en su impuesto sobre la renta u otras razones muy específicas.

Llame con el tiempo suficiente antes de que nazca el bebé para averiguar qué pagará el seguro. Llame al departamento de Servicios para Miembros de la compañía de seguros o al departamento de Recursos Humanos del lugar de trabajo que ofrece el seguro. Anote los números de teléfono a los que llama y el nombre de las personas con las que habla. Esto ayudará en caso de problemas o preguntas.

Haga preguntas específicas como "¿esta póliza cubrirá la factura del hospital del bebé en el momento del parto?", "¿pagará la circuncisión si elegimos circuncidar al bebé?", "¿pagará el cuidado del recién nacido durante la hospitalización?", "¿pagará las vacunas del bebé después de que el bebé se vaya del hospital a casa?".

Si tiene Medicaid o no puede pagar un seguro médico, la atención médica para su bebé también está disponible mediante el Departamento de Salud del Condado de Austin-Travis o las clínicas de la Comunidad de Seton. Consulte con la oficina comercial antes de salir del hospital para asegurarse de que todos los registros de facturación sean precisos.



Consejos para ayudarla a tener un embarazo saludable

Atención prenatal

La atención prenatal temprana y regular es importante para asegurarse de tener un bebé sano. Los chequeos regulares le dan a su médico o proveedor de atención médica la oportunidad de medir el crecimiento de su bebé y de detectar complicaciones del embarazo, como presión alta o trabajo de parto prematuro. Debe comenzar a recibir atención prenatal tan pronto como sepa que está embarazada. Ascension tiene muchas clínicas dentro de las comunidades que atendemos que pueden darle atención prenatal a un costo menor si no tiene seguro o no puede pagar la atención prenatal privada.

Alimentación saludable durante el embarazo

Durante el embarazo, su cuerpo necesita calorías, proteínas, vitaminas y minerales adicionales para alimentar a su bebé en crecimiento. Una dieta basada en MyPlate del USDA puede ayudarla a cubrir estas necesidades. Trate de consumir una variedad de comida de cada grupo de alimentos. Recuerde beber al menos de 8 a 10 vasos de líquido todos los días (principalmente agua). Beber muchos líquidos ayudará a reducir el riesgo de parto prematuro. Depende de usted elegir comida saludable para usted y su bebé en crecimiento.

Visite myplate.gov y busque por audiencia para encontrar orientación nutricional para futuras mamás que le ayude a planificar comidas saludables.



El Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC)

ayuda a mujeres de bajos ingresos embarazadas o que están amamantando y a niños menores de cinco años. WIC da clases sobre alimentación saludable, cupones para comidas nutritivas, educación y apoyo para la lactancia, vacunas gratis para niños y ayuda para usar otros servicios médicos. Comuníquese con su Departamento de Salud de Texas local o visite TexasWIC.org para inscribirse y obtener otra información útil.

Actividad física

La actividad física puede ayudar a controlar el aumento de peso y mejorar su aptitud para el trabajo de parto y el parto. Las directrices médicas recomiendan que las mujeres embarazadas hagan 30 minutos de ejercicio moderado la mayoría de los días de la semana. Hacer ejercicio todos los días de la semana es ideal. Asegúrese de hablar con su médico antes de comenzar o continuar cualquier rutina de ejercicios.

Consumo de alcohol durante el embarazo

El alcohol atraviesa fácilmente la placenta durante el embarazo y pasa al torrente sanguíneo de su bebé. Beber alcohol (cerveza, vino, bebida a base de vino, licor, la mayoría de los jarabes para la tos y algunos medicamentos) puede causar defectos de nacimiento en su bebé. Estos defectos de nacimiento incluyen anomalías físicas, mentales y de comportamiento conocidas como Síndrome Fetal de Alcohol (FAS). Asegúrese de consultar con su médico antes de tomar cualquier medicamento de venta libre. También asegúrese de hablar con su médico si consume habitualmente drogas recreativas o alcohol. Su médico puede trabajar con usted para desarrollar un plan de atención que le ayude a tener un embarazo saludable.

Fumar durante el embarazo

Si fuma, su bebé no obtendrá todos los nutrientes y el oxígeno necesarios para un crecimiento y desarrollo adecuados.

Sus vasos sanguíneos transportan oxígeno y nutrientes a su bebé. La nicotina de los cigarrillos hace que estos vasos sanguíneos sean más pequeños. Los vasos sanguíneos más pequeños transportan menos sangre y, por lo tanto, le llega menos oxígeno al bebé.

El monóxido de carbono de los cigarrillos es un gas venenoso. El monóxido de carbono reemplaza parte del oxígeno en su sangre y evita que su bebé reciba suficiente oxígeno.

Fumar durante el embarazo puede hacer que su bebé nazca:

- Con bajo peso al nacer
- Prematuro con muchos problemas médicos
- Tan prematuro que el bebé no pueda sobrevivir

Trastorno por consumo de opioide

Los opioides son un tipo de droga que incluye drogas ilegales, como heroína y medicamentos legales que se usan para tratar el dolor, como oxicodona, hidrocodona y morfina. Estos medicamentos pueden ser muy adictivos y causar una enfermedad conocida como Trastorno por Consumo de Opiáceos (OUD). Las personas con OUD suelen sentir un fuerte deseo por los opioides y les resulta difícil reducirlos o dejar de consumirlos. Con el tiempo, muchas personas desarrollan tolerancia a los opioides y necesitan cantidades mayores. Aquellos que reducen o suspenden repentinamente el uso de opioides pueden sufrir síntomas de abstinencia, como náuseas o vómitos, dolores musculares, diarrea, fiebre y problemas para dormir. El OUD es una enfermedad tratable, como la diabetes o la presión alta. Si tiene OUD y está embarazada, puede tomar medidas útiles ahora para asegurarse de tener un embarazo y un bebé saludables. Durante el embarazo, el OUD debe tratarse con medicamentos, consejería y apoyo para la recuperación. Una buena atención prenatal también es muy importante. El contacto continuo entre el proveedor de atención médica que trata su OUD y los que apoyan su embarazo es muy importante. Si está preocupada por su uso de opioides o tiene alguno de estos síntomas, consulte sobre el tratamiento con sus profesionales de atención médica.

Cinco cosas que puede hacer para prevenir infecciones

Evitar enfermedades contagiosas, como resfriado común, faringitis estreptocócica y gripe, es importante para todos. Aquí hay cinco puntos fáciles que puede hacer para combatir la propagación de la infección.

1. Lávese las manos.

- Use jabón y agua tibia. Lávese las manos muy bien durante al menos 15 segundos. Frote las palmas, las uñas, entre los dedos y el dorso de las manos.
- O, si sus manos no se ven sucias, límpielas con un desinfectante a base de alcohol para manos. Aplique el desinfectante en todas sus manos, especialmente debajo de sus uñas y entre sus dedos, hasta que sus manos estén secas.
- Lávese las manos antes de tocar o comer alimentos. Límpielas después de ir al baño, sacar la basura, cambiar un pañal, visitar a alguien que esté enfermo o jugar con una mascota.

2. Asegúrese de que los proveedores de atención médica se laven las manos o usen guantes.

- Los médicos, enfermeros y otros proveedores de atención médica entran en contacto con muchas bacterias y virus. Antes de que los traten a usted o a su bebé, pregúnteles si se han lavado las manos.
- Los proveedores de atención médica deben usar guantes limpios cuando los atiendan a usted y a su bebé. No tema pedirles que usen guantes.

3. Cúbrase la boca y la nariz.

Muchas enfermedades se transmiten mediante estornudos y tos. ¡Cuando estornuda o tose, los gérmenes pueden propagarse tres pies o más! Cúbrase la boca y la nariz para prevenir la transmisión de la infección a otras personas.

- ¡Use un pañuelo de papel! Tenga pañuelos a mano en casa, en el trabajo y en su bolsillo. Asegúrese de desechar los pañuelos de papel usados y de lavarse las manos después de toser o estornudar.
- Si no tiene un pañuelo de papel, cúbrase la boca y la nariz con el pliegue del codo o las manos.
- Si usa sus manos, límpielas de inmediato.

4. Si está enfermo, evite el contacto cercano con otras personas.

- Si está enfermo, manténgase alejado de otras personas o quédese en casa. No dé la mano ni toque a los demás.
- Cuando vaya a una cita médica, llame con antelación y pregunte si hay algo que puede hacer para evitar infectar a las personas en la sala de espera.

5. Póngase vacunas para evitar enfermedades y combatir la propagación de infecciones.

Asegúrese de que sus vacunas estén al día. Consulte con su médico sobre las vacunas que pueda necesitar. Hay vacunas disponibles para prevenir las siguientes enfermedades:

- Varicela
- Paperas
- Sarampión
- Difteria
- Tétanos
- Hepatitis
- Culebrilla
- Meningitis
- Gripe (también conocida como influenza)
- Tos ferina (también conocida como pertussis)
- Sarampión alemán (también conocido como rubéola)
- Neumonía (*Streptococcus pneumoniae*)
- Virus del papiloma humano (VPH)

© The Joint Commission, www.jointcommission.org

Cuándo llamar a su médico durante el embarazo

Si pasa cualquiera de las siguientes situaciones, debe llamar a su médico de inmediato para recibir tratamiento:

- Sangrado vaginal intenso de color rojo vivo (tanto o más que un período, con o sin dolor)
- Pérdida lenta o repentina de líquido amniótico de la vagina
- Dolor abdominal grave y constante
- Una temperatura superior a 100 grados durante más de 24 horas
- Náuseas, vómitos o diarrea durante más de cuatro horas
- Dolor o sensación de ardor al orinar
- Ausencia o disminución drástica del movimiento fetal (menos, mucho más o nada)
- Indigestión que no se resuelve con medicación
- Un dolor de cabeza muy fuerte que no se resuelve con el medicamento recomendado por su médico
- Visión borrosa o manchas en la visión
- Señal de trabajo de parto prematuro (menos de 37 semanas), como 4 a 6 contracciones en una hora
- Señal de trabajo de parto a término (más de 37 semanas), como contracciones dolorosas con un intervalo de 5 a 7 minutos durante más de una hora

Su equipo de profesionales calificados está aquí para ayudarla a tener una experiencia de parto cómoda y memorable.

Clases y tours educativos para padres

Ascension Texas se asoció con Breastfeeding Success (BFS) para darles a nuestros pacientes lo mejor en educación para padres. Estamos comprometidos con el concepto de que todas las familias tienen derecho a estar informadas del proceso de nacimiento y la facultad de elegir cómo se gestiona su experiencia de parto. El primer paso en un proceso de nacimiento empoderado es aprender mediante la participación en clases y grupos de iguales. El equipo de BFS ha reunido una colección de ofertas de clases que honran y celebran las metas de nacimiento de todos los participantes, y clases y grupos de iguales enfocados en la crianza y el bienestar posparto. Todas las clases de BFS se enseñan en persona y mediante experiencias virtuales en vivo.

Obtenga más información sobre BFS en BFSuccess.com | Regístrese para las clases en healthcare.ascension.org/events

Serie de parto preparado

Desde el vientre hasta el nacimiento

Una clase de parto inspirada en Birthing from Within toma en consideración todas las opciones y estilos de parto. Disponible como una clase de dos días o como una serie nocturna de cuatro partes, esta clase da información sobre su cuerpo durante el embarazo, la experiencia del trabajo de parto y las diferentes etapas del parto. Exploraremos estrategias de afrontamiento, complicaciones, opciones y toma de decisiones para ayudarla a prepararse para el nacimiento. También puede descubrir algunas preguntas inesperadas y descubrir la sabiduría interior.

Cuidado y seguridad del recién nacido

Aprenda a cuidar a su pequeño nuevo familiar. La mayoría de nosotras recibimos mucho apoyo y orientación durante nuestros primeros días después de dar a luz por parte de los cuidadores en nuestro lugar de nacimiento... ¡y luego nos llevamos al bebé a casa! En esta clase, se responderán sus preguntas más importantes, se darán algunos conocimientos y competencias importantes, y se darán algunos consejos y trucos para que domine su nuevo rol. Este curso la ayudará a sentirse preparada para asumir el comienzo de un nuevo trabajo muy desafiante y satisfactorio: ser padres.

Educación prenatal sobre lactancia

Cada familia es única, y la lactancia puede verse diferente para cada familia. Esta clase ayuda a los nuevos padres a entender cómo alcanzar sus objetivos de lactancia y a ganar confianza para nutrir a su bebé, lo que ayuda a que las cosas tengan un buen comienzo. Durante esta sesión, las familias aprenderán cómo el cuerpo produce leche, cómo leer las señales de hambre de su bebé, cómo lograr un buen agarre y posicionamiento, las etapas de la lactancia y cómo saber cuándo pedir ayuda. Además, se tratarán preocupaciones específicas en cada clase. Aunque la lactancia a menudo se habla brevemente en otras clases, tener un curso dedicado a este tema los ayudará a asegurarse de saber qué esperar y cómo empezar de la mejor manera posible.

Serie para padres

Bienestar mental posparto

Muchos padres experimentan cambios de humor posparto y pueden beneficiarse de la educación relacionada con la identificación de los factores estresantes y los síntomas. Esta clase está diseñada para darse en dos partes. La primera clase se hace antes del parto para ayudar a los padres a prepararse para las expectativas del embarazo y el nacimiento. La segunda clase se hace después de que llega el bebé. Esta clase no está destinada a ser un grupo de terapia, pero dará soluciones proactivas a problemas comunes de salud mental.

Lactancia y regreso al trabajo

Ha resuelto las dificultades de la lactancia y ahora es el momento de volver al trabajo. Puede parecer una tarea abrumadora. ¡Esta clase le enseñará los pormenores de cómo hacer que regresar al trabajo y amamantar sea muy fácil!

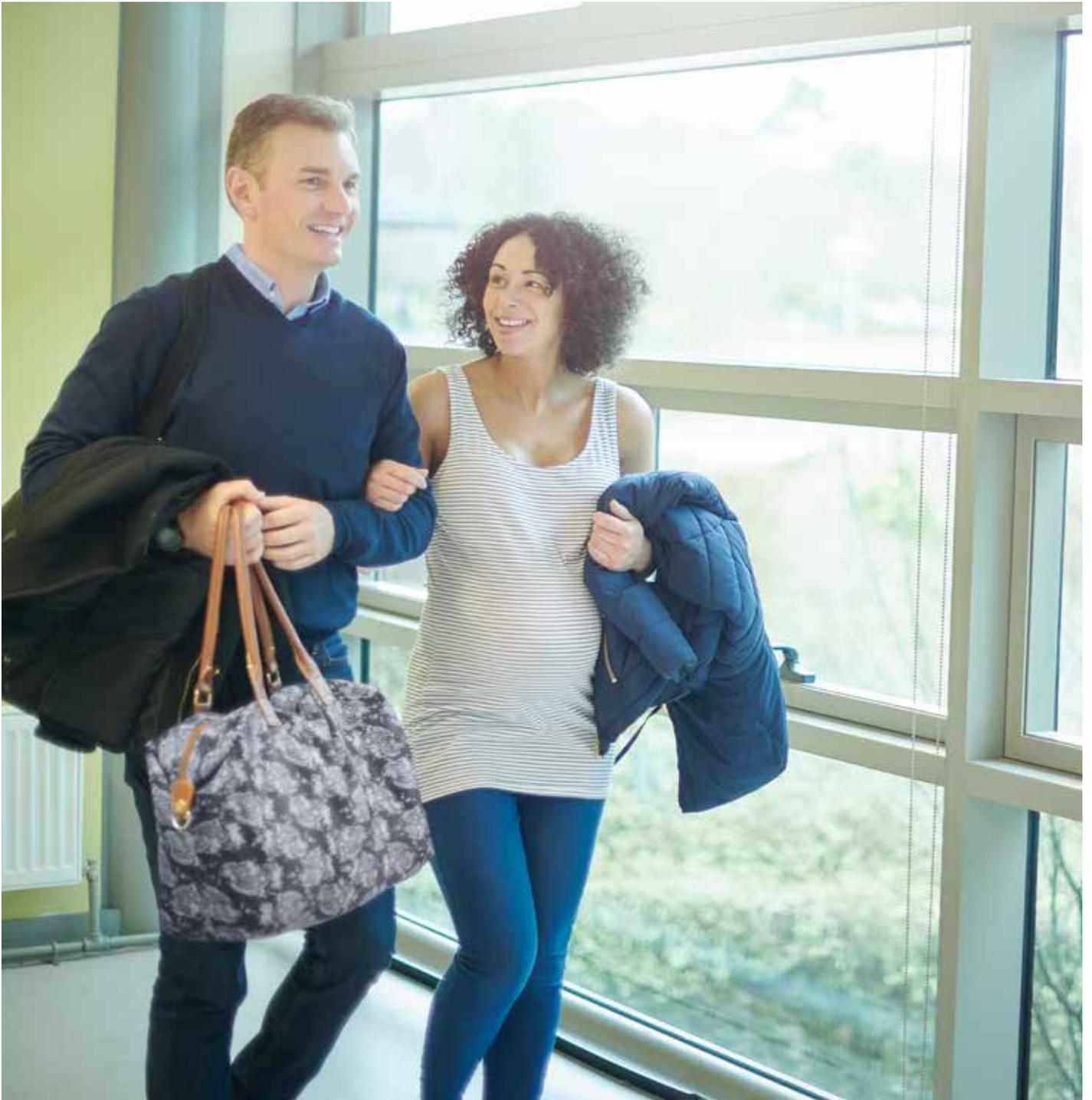
Masaje infantil

El masaje infantil es una forma divertida y relajante de crear lazos afectivos con su bebé. El masaje regular también puede ayudar a su bebé a dormir más y más profundamente, aliviar los cólicos o los episodios de gases, aumentar el tono muscular (importante para la capacidad de succión), aliviar los dolores de la dentición y promover la relajación tanto para usted como para su bebé. Esta clase se puede tomar antes del nacimiento con una muñeca o después de que su bebé esté aquí, con aceites de masaje suaves.

Grupos de padres

Crear comunidad y conectarse con otras familias es una parte importante de esta nueva etapa de ser padres. Bosom Buddies está abierto a madres lactantes que dan leche materna de diversas formas. Esta clase se puede tomar antes del nacimiento con una muñeca o después de que su bebé ya esté aquí, usando aceites de masaje suaves.

Visite el sitio web de BFS en BFSuccess.com para obtener los listados más actualizados y elija entre una variedad de clases que la ayudarán a prepararse para su nueva incorporación. Muchas de las clases dadas arriba pueden estar cubiertas como parte de su beneficio de seguro. Breastfeeding Success da precios de tarifa variable a cualquier familia que lo necesite. Llame al 512-808-0237 si tiene alguna pregunta o si necesita ayuda con la programación. ¡Esperamos verla en clase!



Tours de maternidad

Como complemento a nuestras clases de educación, hacer un tour virtual por la unidad perinatal dentro del hospital Ascension de su elección le dará a conocer la distribución física de la unidad y los servicios dados. Los enlaces a los tours virtuales en cada lugar están disponibles en el sitio web de Ascension.

Debate, preguntas y respuestas virtuales sobre maternidad

Únase a nosotros para una conversación en línea centrada en dar a luz a su bebé en un hospital de Ascension Texas. La exposición consistirá en un panel de expertos en servicios

maternos de cada uno de nuestros centros de Ascension, junto con un anestesiólogo y nuestros socios de Breastfeeding Success. Los panelistas hablarán sobre preguntas frecuentes que se hacen durante nuestros tours de maternidad y darán información beneficiosa para las madres antes del parto.

Durante la sesión, tendrá la oportunidad de conversar directamente con un asociado de Ascension desde su centro específico, ver un tour de maternidad y hacer preguntas.

Email: ascensionperinatalmailbox@ascension.org

Preparativos de seguridad para su bebé

Durante su embarazo, es importante hacer preparativos y aprender a proteger a su bebé. Ascension ofrece clases de cuidado y alimentación del bebé y es posible que el consultorio de su médico o clínica también ofrezca dichas clases. Ya sea que planea dar a luz en un hospital de Ascension Seton o en Ascension Providence, visite nuestro sitio web en healthcare.ascension.org/events para obtener más información o para registrarse para las clases.



Llame a Educación para padres al 512-324-4252 para obtener información adicional o respuestas a otras preguntas que pueda tener.

Seguridad del asiento para auto

El factor más importante al seleccionar un asiento para auto es encontrar uno que se adapte a su hijo y a su auto. Debe poder poner a su bebé en el asiento para auto de manera correcta y segura cada vez que lo lleve en el auto. Siempre lea el manual del asiento para auto antes de usarlo y siga cuidadosamente las instrucciones del fabricante.



Asiento orientado hacia atrás



Asiento convertible orientado hacia atrás

Academia Americana de Pediatría (healthychildren.org) recomienda que los niños viajen mirando hacia atrás el mayor tiempo posible, hasta que alcancen el límite máximo de altura o peso que especifica el fabricante del asiento para auto. A medida que su hijo supere el límite de altura y peso de su asiento para auto, haga la transición a un asiento convertible orientado hacia atrás con los máximos de altura y peso aumentados para que su hijo pueda viajar mirando hacia atrás durante dos años o más. Un asiento de seguridad convertible para auto se puede usar orientado hacia atrás y luego se puede cambiar a un asiento orientado hacia adelante una vez que el niño alcanza cierto peso. Asegúrese de leer las etiquetas y el manual del asiento para el auto, ya que muchos asientos para auto convertibles orientados hacia atrás se pueden usar para recién nacidos a partir de 5 libras.

Consejos para el asiento orientado hacia atrás para auto:

- Asegúrese de que el ángulo de inclinación del asiento esté ajustado apropiadamente según las instrucciones del fabricante.
- Instale el asiento para auto con el cinturón de seguridad o con los dispositivos de seguridad inferiores, no con ambos. Si lo instala con el cinturón de seguridad, compruebe si su asiento para auto tiene una función de bloqueo incorporada

que puede facilitar la instalación. Si no es así, asegúrese de bloquear el cinturón de seguridad. Si instala con los dispositivos de seguridad inferiores, consulte el manual del propietario de su auto para asegurarse de que la posición del asiento esté aprobada para usar dispositivos de seguridad inferiores para instalar un asiento para auto.

- Una vez instalado, el asiento para auto debe moverse menos de una pulgada de lado a lado y de adelante hacia atrás.
- Para los niños que miran hacia atrás, los arneses del asiento para auto deben ajustarse a la altura o abajo de los hombros del niño. El broche para el pecho debe estar al nivel de la axila y los arneses deben estar ajustados para que no pueda pellizcar el hombro. Puede practicar colocando un osito de peluche en el asiento para auto.
- No use productos como espejos, juguetes colgantes, protectores de asiento, almohadillas u otros artículos que no se vendieron con su asiento para auto o que el fabricante de su asiento para auto no vendió con una prueba de choque.

Varias semanas antes de la fecha de parto, llame al **512-324-TOTS (8687)** para programar una inspección gratis del asiento para auto con técnicos certificados en seguridad de niños pasajeros en Dell Children's Medical Center.

Recuerde llevar al hospital el asiento para auto, la base del asiento para auto y las instrucciones del fabricante del asiento para auto para que las tenga el día en que le den el alta con su bebé. La mayoría de los hospitales de Ascension Texas tienen técnicos certificados en seguridad de niños pasajeros que pueden ayudar con la seguridad de su asiento para auto durante el alta.

Obtenga más información en dellchildrens.net/safety.

Austin Proper y Waco, inspecciones y asistencia para asientos para auto:

Dell Children's Medical Center:

512-324-TOTS (8687), dellchildrens.net/safety

Condado de Austin-Travis EMS:

512-972-7233, austintexas.gov/EMS

Salud pública de Austin:

512-972-5139

austintexas.gov/department/injury-prevention

TXDOT - Distrito de Waco:

254-867-2879

nhtsa.dot.gov/cps/cpsfitting

Si no puede pagar un asiento para auto para su bebé, puede calificar para recibir asistencia mediante cualquiera de los programas de inspección de asientos para auto mencionados arriba o desde Safe Riders, 800-252-8255.

Golpe de calor

Nunca deje a su hijo solo adentro o alrededor de un auto, en ninguna época del año, incluso si las ventanas están parcialmente abiertas, el motor está funcionando o el aire acondicionado está encendido. Reduzca el número de muertes por insolación recordando **ACTUAR**:

- **Actúe** para evitar un golpe de calor relacionado con lesiones y muerte, y no deje nunca a un niño solo en un auto, ni siquiera por un minuto. Mantenga su auto cerrado con llave cuando no esté en uso para que los niños no puedan entrar solos.
- **Crear recordatorios.** La mayoría de las muertes por un golpe de calor en autos ocurren cuando un padre olvida que su hijo está en el asiento trasero. Ponga un objeto que necesitará en su destino, como su teléfono, cartera, billetera o maletín, en el asiento trasero junto al niño como recordatorio para que siempre revise el asiento trasero. Pida a su proveedor de cuidado infantil que llame si su hijo no se presenta para recibir atención como se esperaba.
- **Tome medidas.** Si ve a un niño solo en un auto, llame al 911. El personal de emergencia quiere que llame y está capacitado para responder a estas situaciones.

Fuente: Safe Kids Worldwide, safekids.org y NHTSA, nhtsa.gov/campaign/heatstroke

Descanso seguro



Para reducir el riesgo de asfixia de su bebé cuando duerme, recuerde el ABC del descanso seguro:

A: Solo

Objetos blandos, mantas, juguetes, almohadillas protectoras, y personas y mascotas deben mantenerse fuera del área donde duerme su bebé para reducir el riesgo de asfixia o estrangulación. Una manta tipo saco o bolsa de dormir es una forma de mantener al bebé abrigado sin mantas sueltas.

B: Boca arriba

Durante el primer año, los bebés deben dormir boca arriba cada vez que se van a dormir. Cuando los bebés comienzan a rodar de atrás hacia adelante y de adelante hacia atrás, no es necesario que los vuelvan a poner de boca arriba. Deje de envolverlo cuando su bebé comience a rodar.

C: En una cuna

Los bebés deben dormir en un espacio plano y firme, como una cuna, un moisés, un corralito o una caja para bebés en la misma habitación que la persona que lo cuida. Compartir la misma habitación que el bebé (habitación compartida) es más seguro que compartir el mismo espacio para dormir (cama compartida). Solo lleve al bebé a su cama para alimentarlo o consolarlo, luego vuelva a ponerlo inmediatamente en su propio espacio para dormir.

Más consejos para un descanso seguro:

- Evite fumar, beber alcohol o consumir drogas durante el embarazo o mientras cuida a su bebé.
- Duerma en un ambiente libre de humo.
- Evite que su bebé se sobrecaliente. Su bebé solo debe usar una capa más que la persona que lo cuida.
- Nunca ponga a su bebé a dormir en un sofá, sillón, silla, asiento para auto, cochecito o cama inclinada. Si su bebé se queda dormido en cualquiera de estas superficies, llévalo tan pronto como sea posible a un lugar seguro para dormir.

Fuente: AAP Healthy Children, healthychildren.org

Seguridad en el agua

El ahogamiento se denomina "asesino silencioso", ya que puede suceder en segundos y sin previo aviso. Nunca deje a un bebé desatendido en la bañera, ni siquiera por un momento.

- Mantenga a su bebé al alcance de la mano durante la hora del baño. Tenga a mano artículos de baño y una toalla para que pueda mantener una mano sobre su bebé en todo momento. Si debe salir del baño para contestar el teléfono o la puerta, lleve al bebé con usted.
- La Academia Americana de Pediatría recomienda usar una bañera de plástico duro para bebés que cumpla los estándares de seguridad actuales en lugar de un asiento de baño que pueda caerse. Las bañeras para bebés con una superficie inclinada o texturizada pueden ayudar a evitar que el bebé se deslice.
- Llene la bañera con dos pulgadas de agua que sienta tibia en el interior de la muñeca. Ajuste el calentador de agua de su casa a un máximo de 120 grados Fahrenheit o menos para evitar quemaduras y escaldaduras.

Para obtener más información, visite delchildrens.net/water.

Fuente: AAP Healthy Children, healthychildren.org

Reanimación cardiopulmonar (RCP)

La RCP es una competencia que salva vidas. Recomendamos que todos los padres tomen una clase anual de reanimación cardiopulmonar (RCP).

No inicie primeros auxilios para asfixia si el niño puede respirar, llorar, hablar o toser. Los reflejos del niño están trabajando para despejar las vías respiratorias.

Estas son algunas de las acciones claves que debe tomar en caso de asfixia y emergencias respiratorias:

Si está con un niño que se está asfixiando:

1. Grite por ayuda
2. Inicie los esfuerzos de rescate
3. Llame al 911

Asfixia infantil (si el bebé no responde)

Si el bebé se está ahogando y no puede respirar, llorar, hablar o toser, comience RCP y pídale a alguien que llame al 911.

Dele 5 golpes en la espalda alternando con 5 compresiones en el pecho (usando la técnica de dos dedos enseñada para RCP infantil). Continúe con esta secuencia de 5 y 5 hasta que el objeto se suelte o el bebé deje de responder.

Si el bebé no responde (el bebé se está ahogando y no puede respirar, llorar, hablar o toser), comience con RCP y pídale a alguien que llame al 911. Mientras hace RCP, busque el objeto en la boca antes de dar las dos respiraciones, saque el objeto si es visible. Si el objeto no se puede ver, dé dos respiraciones y continúe con RCP.

RCP infantil

Inicie RCP cuando un niño no responda o esté inconsciente o cuando deje de respirar.

1. Inicie 30 compresiones torácicas

- Ponga 2 dedos de una mano en el esternón justo abajo de la línea del pezón.
- Comprima el pecho al menos 1/3 de la profundidad del pecho, o aproximadamente 4 cm (1.5 pulgadas).
- Después de cada compresión, deje que el pecho vuelva a su posición normal. Comprima el pecho a una velocidad de al menos 100 veces por minuto.

2. Vía respiratoria abierta

- Abra las vías respiratorias (inclinación de la cabeza-elevación del mentón). Si ve un cuerpo extraño, extráigalo con el dedo. No barra con el dedo si no ve nada en la boca.

3. Inicie la respiración de rescate

- Respire normalmente y cubra la boca y la nariz del bebé con su boca.
- Dé 2 respiraciones, cada una durante 1 segundo. Cada respiración debe hacer que el pecho se eleve.

4. Reanudar las compresiones torácicas

- Continúe con ciclos de 30 compresiones seguidas de 2 respiraciones.
- Después de 5 ciclos de compresiones y respiraciones (aproximadamente 2 minutos) y si nadie ha llamado al 911 o al número de emergencia local, llame al 911 usted mismo.

Fuente: Academia Americana de Pediatría, healthychildren.org



Visite healthcare.ascension.org/classes para inscribirse en las clases de RCP.

Para encontrar una clase de RCP, llame a la línea de remisiones para RCP de la Asociación Americana del Corazón (American Heart Association) (1-877-AHA-4CPR) o consulte el programa de clases en línea en ascension.org.

Entrega en un sitio Bebé Seguro

En 1999, Texas se convirtió en el primer estado en aprobar una ley de refugio seguro para bebés. También conocida como la ley del bebé Moisés, esta ley da una alternativa responsable a los padres que de otra manera podrían dañar o abandonar a un niño recién nacido en un lugar inseguro. Puede encontrar esta ley en el Código de Familia de Texas, Capítulo 262, Subcapítulo D. Posesión de emergencia de ciertos niños abandonados.

¿Cómo funciona el sitio Bebé Seguro?

Un padre o una madre que no quiera o no pueda cuidar a su bebé puede llevarlo a una estación de bomberos o al hospital y dejar al bebé con alguien que trabaje allí. Siempre que el bebé tenga menos de 60 días y no haya sido lastimado, el padre o la madre no será acusado de abandono.

Los trabajadores del sitio Bebé Seguro se ocuparán del bebé y se encargarán de la evaluación y el tratamiento médicos, si es necesario. Se contactará al Departamento de Servicios de Protección Familiar (Department of Family Protective Services) para que se haga cargo de la custodia del bebé, pero no intentarán identificar ni encontrar al padre que lo entregó.

¿Qué debo hacer?

Si quiero dejar a mi bebé en un lugar de Bebé Seguro, ¿qué debo hacer?

Vaya a un hospital o estación de bomberos y entregue su bebé a una persona que trabaje allí. Recuerde, es muy importante que no deje al bebé en la puerta o en el estacionamiento.

¿Qué información tendré que dar?

Las personas que trabajan en el sitio Bebé Seguro no harán preguntas para tratar de conocer su identidad. Sin embargo, si está de acuerdo, registrarán cualquier información que usted pueda compartir sobre la fecha y el lugar de nacimiento del bebé, la salud, la raza o el historial médico de los padres. Esta información podría ser muy importante para el cuidado del niño en el futuro.

Síndrome de impacto por sacudida

¿Qué es el síndrome de impacto por sacudida?

El síndrome de impacto por sacudida (SBS) es una forma grave y prevenible de abuso físico infantil que resulta por sacudir violentamente a un bebé por los hombros, los brazos o las piernas. El desencadenante más frecuente por sacudir a un bebé es el llanto excesivo, una fase normal del desarrollo infantil. Los bebés de dos a cuatro meses tienen mayor riesgo de sufrir SBS porque pueden llorar más y con más frecuencia. Incluso un pequeño zarandeo puede causar problemas médicos graves y, en casos graves, la muerte.

Prevención del síndrome de impacto por sacudida

Los bebés pueden llorar mucho durante los primeros meses de vida y esto puede ser frustrante, pero mejorará. Recuerde, usted no es una mala madre, ni un mal padre o cuidador si su bebé continúa llorando después de haber hecho todo lo posible para calmarlo.

Puede intentar calmar a su bebé que llora así:

- Evaluar si tiene hambre, necesita un cambio de pañal o que lo hagan eructar
- Frotarle la espalda
- Mecerlo suavemente
- Darle un chupete
- Cantarle o hablarle
- Dar un paseo en un cochecito o conducir con el bebé en un asiento para auto, colocado de manera adecuada y segura.
- Comprobar si hay síntomas de enfermedad o malestar, como dermatitis del pañal, dentición, o ropa ajustada

Es posible que deba concentrarse en calmarse usted si está estresado o frustrado por el llanto de su bebé. Ponga a su bebé boca arriba en una cuna, asegúrese de que esté seguro y luego aléjese para calmarse, llame a un amigo, pariente, vecino o línea de ayuda para padres para que lo apoye. Revíselo cada 5 a 10 minutos.

Si ha intentado varias formas de calmar a su bebé y no deja de llorar, comuníquese con el médico de su hijo si está preocupado. Asegúrese de buscar ayuda o comuníquese con su médico si se siente frustrado y necesita ayuda.

Señales y síntomas del síndrome de impacto por sacudida:

- Vómitos
- Cambio en el patrón de sueño o imposibilidad para despertarse
- Irritabilidad extrema
- Imposibilidad de ser consolado
- Imposibilidad para amamantar o comer
- Problemas respiratorios (respiración irregular o falta de respiración)
- Espasmos o convulsiones
- Falta de respuesta
- Pérdida de consciencia
- Sin pulso

Si sospecha que su hijo se ha lastimado por haber sido sacudido, es importante buscar ayuda médica de inmediato.

Recursos:

purplecrying.info
aap.org
dontshake.org
cdc.gov

Safe Kids Austin

Safe Kids Austin, dirigido por Dell Children's Medical Center, es una coalición local de organizaciones comunitarias, cívicas y estatales comprometidas con la prevención de lesiones infantiles. La coalición se enfoca principalmente en promover la seguridad en los autos, dentro y alrededor del agua, al caminar y andar en bicicleta, y en casa mediante la educación, la revelación y la promoción. Safe Kids Austin es miembro de Safe Kids Worldwide, la primera organización sin fines de lucro del país dedicada exclusivamente a la prevención de lesiones infantiles no intencionales. Encuentre más información y consejos de seguridad en safekidsaustin.org.

Nuestros especialistas se toman el tiempo para entender la atención que necesita, incluida la atención especial.

Su experiencia hospitalaria con Ascension

Qué esperar al llegar

Cuando venga al hospital para dar a luz, su equipo de atención se reunirá con usted en la Unidad de Trabajo de Parto y Parto y la ayudará a prepararse para dar a luz a su bebé. Una vez que esté en una habitación, se pondrá una bata de hospital y se le pondrá un monitor que le permite al equipo de atención ver cómo está su bebé. El proceso de admisión incluirá una revisión de su historial médico, de su lista de medicamentos actuales y una revisión del procedimiento que le van a hacer. Se le colocará una vía intravenosa que permanecerá colocada hasta después del parto. Tendrá la oportunidad de hacer preguntas sobre qué esperar. Se le pedirá que firme formularios de consentimiento para la atención y se le administrarán todos los medicamentos recetados por su médico.

Formularios de consentimiento al llegar a la Unidad de Trabajo de Parto y Parto

Cuando entre en la Unidad de Trabajo de Parto, se le pedirá que lea y firme los siguientes formularios de consentimiento:

- Ingreso y tratamiento
- Parto vaginal o cesárea (aunque se espera que la mayoría de las mujeres den a luz por vía vaginal, a veces las condiciones médicas de la madre o el bebé requieren un parto por cesárea)
- Transfusión de sangre (en el improbable caso de que sea necesaria)
- HIPAA: Ley de portabilidad y responsabilidad de seguros médicos
- Consentimientos para el tratamiento del bebé

Información sobre el consumo de tabaco

Ascension Texas se compromete a garantizar la salud, la seguridad y el bienestar de todas las personas que usan nuestras instalaciones y servicios. Acorde con nuestra misión como institución de atención médica, todo el personal, pacientes y visitantes tiene prohibido fumar en todas las instalaciones y campus de Ascension.

Aunque no pedimos a las personas que dejen de fumar, esperamos que un entorno libre de humo sea un incentivo para hacerlo. Hable con su médico o enfermero sobre la información de apoyo para dejar de fumar y los recursos disponibles para ayudarla durante su visita a nuestro centro.

Visitas

Las personas de apoyo principal designadas por la madre pueden visitarla en cualquier momento que usted elija. Los hermanos del bebé pueden visitar a la madre y al bebé en la habitación de la madre. (Se pedirá a las visitas que esperen en las áreas de espera designadas, ya que los pasillos deben permanecer despejados por razones de seguridad). Se desaconseja que las visitas vayan con menores de 12 años. Los

niños pequeños pueden, sin saberlo, transmitir enfermedades infantiles a nuestros recién nacidos. Tenga en cuenta que el horario general de visitas puede variar según el lugar.

Personalizar su experiencia de parto

Los hospitales de Ascension dan una amplia gama de opciones para el apoyo durante el trabajo de parto y el parto. Nuestro objetivo es hacer que su experiencia de parto sea lo más única y significativa posible. Hable sobre sus opciones o deseos con su médico.

Cámaras de fotografía y video

Los pacientes pueden traer un fotógrafo fijo con el permiso de su médico y del hospital para capturar imágenes del trabajo de parto y el parto y fotografías del recién nacido. La mayoría de las instalaciones de Ascension tienen servicios de fotografía disponibles. Ascension Seton tiene una relación cercana y recomienda solicitar los servicios del hospital del fotógrafo familiar, Hello & Co. Visite hellophoto.com para obtener más información.

Tipos de parto

Parto vaginal

Un parto vaginal espontáneo ocurre cuando una embarazada entra en trabajo de parto sin el uso de medicamentos o técnicas para inducir el parto. El parto del bebé ocurre de manera normal. Un parto vaginal asistido ocurre cuando el médico usa instrumentos, como fórceps, para ayudar a dar a luz al bebé.

Inducción programada del trabajo de parto

Una inducción del trabajo de parto significa que su médico no esperará a que su cuerpo entre en trabajo de parto por sí solo. En cambio, su médico usará métodos para estimular y comenzar el trabajo de parto. A veces, el médico puede ayudar rompiendo manualmente la bolsa de aguas para ver si las contracciones comienzan por sí solas. La mayoría de las veces, con la inducción del trabajo de parto, su médico le dará uno o más tipos de medicamentos para crear contracciones. Estas acciones ayudan al cuerpo a comenzar el trabajo de parto. Hay casos en los que la inducción del trabajo de parto no funciona para crear un verdadero trabajo de parto. Si esto sucediera, su médico trabajará con usted para crear un nuevo plan para el parto.

Parto por cesárea

Una cesárea es el parto asistido quirúrgicamente de su bebé. Su obstetra y un equipo altamente calificado llevan a cabo la cesárea. Este procedimiento se hará en un quirófano. Dentro de las Unidades de Trabajo de Parto y Parto de Ascension Texas, hay suites quirúrgicas dedicadas exclusivamente y diseñadas para el parto de su bebé. Puede nombrar a una persona de apoyo para que la acompañe en el quirófano y en el área de recuperación. El parto por cesárea puede ser planificado o no planificado.

Parto por cesárea programada

Antes de comenzar el trabajo de parto natural, su médico hará una incisión en la parte inferior del abdomen para permitir el nacimiento de su bebé. Si usted y su médico deciden que una cesárea programada es la opción de parto adecuada para usted, se programará su llegada al hospital en una fecha y hora seleccionada. Llegará dos o más horas antes de la hora programada para entrar al quirófano.

Parto por cesárea no programada

Es posible que se necesite una cesárea no programada si surge alguna de las siguientes condiciones durante el trabajo de parto:

- El trabajo de parto no progresa, lo que significa que el cuello uterino comienza a dilatarse pero deja de dilatarse por completo, o el bebé deja de moverse por el canal de parto.
- Complicaciones médicas maternas.
- El bebé no tolera el estrés del trabajo de parto.
- Entra en trabajo de parto espontáneo antes de la fecha y hora planificada del parto.

Manejo del dolor

Su equipo de atención cree que controlar su dolor es una parte importante de su atención general. Aunque los métodos del manejo del dolor durante el parto y la experiencia posparto pueden cambiar, nuestro objetivo es mantenerla lo más cómoda posible, promover el cuidado personal y la deambulación tempranos, y permitirle descansar lo suficiente.

Como paciente, tiene derecho a esperar:

- Evaluación y manejo adecuados del dolor
- Información sobre el dolor, medidas para aliviar el dolor y los efectos secundarios de los analgésicos
- Que se le pida que participe en su plan de manejo del dolor
- Que se le crea y respete su evaluación del dolor

Puede ayudarnos a atender su dolor:

- Teniendo expectativas realistas de dolor
- Preguntándole a su médico o enfermero qué esperar
- Hablando sobre las opciones para aliviar el dolor y generando un plan con su médico y su enfermero
- Pidiendo analgésicos cuando comienza el dolor
- Informando al médico o al enfermero de cualquier dolor que no desaparezca
- Expresando sus preocupaciones sobre el dolor y sobre los efectos secundarios de los analgésicos

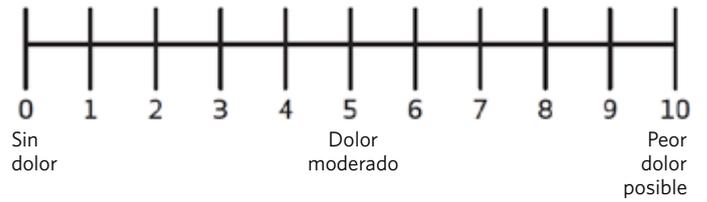
Para ayudarnos a controlar su dolor, le haremos ciertas preguntas:

- ¿Dónde duele?
- ¿Siente dolor todo el tiempo o aparece y desaparece?
- ¿Cómo está afrontando su trabajo de parto?
- Describa su dolor. Aquí dispone de algunas palabras para describir su dolor:

Doloroso	Agotador	Ardor
Terrible	Con calambres	Punzante
Profundo	Adormecido	Opresivo
Punzante	Molesto	Hiriente
Agudo	Persistente	Lacerante
Leve	Insoportable	Presión
Delicado	Radiante	

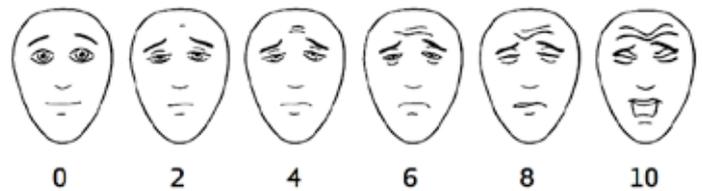
Nos referiremos a dos escalas de dolor cuando solicitemos su opinión para evaluar su dolor:

1. Escala numérica de calificación del dolor:



- En una escala de 0 a 10, donde 0 es sin dolor y 10 es el peor dolor que haya experimentado, ¿cuál es el número que representa su nivel general de dolor en este momento?
 - o 0 a 3 dolor leve
 - o 4 a 6 dolor moderado
 - o 7 a 10 dolor intenso
- ¿Está este nivel de dolor informado en un nivel aceptable? De lo contrario, es posible que se necesiten intervenciones (con o sin medicamentos).

2. Caras de escala de dolor



- ¿Qué cara representa mejor su nivel de dolor en este momento?
 - o 0 a 3 dolor leve
 - o 4 a 6 dolor moderado
 - o 7 a 10 dolor intenso
- ¿Está este nivel de dolor informado en un nivel aceptable? De lo contrario, es posible que se necesiten intervenciones (con o sin medicamentos).

Manejo del dolor durante el trabajo de parto

El trabajo de parto es un proceso natural que puede resultar doloroso. Estamos aquí para ayudarla a entender y establecer expectativas razonables para afrontar el trabajo de parto. Hay muchas opciones para elegir para lidiar con el trabajo de parto, incluyendo los métodos con y sin medicamentos.

Métodos con medicamentos:

- Medicamentos intravenosos
- Inhalación de óxido nitroso
- Epidural
- Aromaterapia

Métodos sin medicamentos:

- Técnicas de respiración y relajación
- Masaje
- Tomar una ducha o un baño
- Mecerse
- Pelota de parto
- Movimientos (caminar, cambios frecuentes de posición)

- Terapia de calor/frío
- Iluminación tenue
- Música

Su enfermero la evaluará y le preguntará sobre su dolor con regularidad para asegurarse de que sus necesidades de comodidad se estén tratando y su dolor esté siendo controlado.

Manejo del dolor durante una cesárea

Por lo general, un bloqueo regional mediante una inyección de medicamento en un espacio en la espalda es el método preferido de anestesia para un parto. Sin embargo, hay ocasiones en las que la anestesia general es la opción más segura. Su anesthesiólogo hablará con usted sobre los riesgos y beneficios de ambos tipos de anestesia el día de su parto. También es posible hablar sobre el manejo del dolor posoperatorio.

Manejo del dolor después del parto

Nuestra misión es asociarnos con usted para prevenir y aliviar su dolor y los síntomas desagradables, aunque no siempre es posible tener cero dolor después del parto. Queremos que se sienta cómoda, pero se puede esperar cierto nivel de incomodidad con su condición. Es posible que no podamos aliviar todo el dolor, pero haremos todo lo posible para que su dolor sea manejable y estamos comprometidos a compartir con usted nuestro conocimiento sobre el alivio del dolor y el manejo de los síntomas.

Es posible que sienta dolor después del nacimiento de su bebé. Hable sobre lo que siente con su médico y sus enfermeros. Las causas más frecuentes de dolor de un parto vaginal son el área vaginal o las nalgas hinchadas, episiotomía o desgarros, calambres y hemorroides. Si tuvo una cesárea, es posible que sienta dolor debido a la incisión, gases o calambres. Su equipo de atención hablará con usted sobre las opciones para el manejo del dolor y trabajará con usted para establecer expectativas razonables y un plan de medicamentos contra el dolor. Los analgésicos recetados son seguros de usar durante la lactancia. Las formas alternativas de ayudar a reducir su dolor incluyen usar bolsas de hielo, tomar baños de asiento, usar bolsas de calor, reposicionarse, usar cojines de espuma y vaciar la vejiga con regularidad. Su enfermero le preguntará sobre su dolor con regularidad para evaluarlo y asegurarse de que lo estén controlando.

Manejo del dolor después del alta

Su médico revisará las opciones de manejo del dolor en casa una vez que le den el alta del hospital. Estos pueden incluir analgésicos de venta libre, como ibuprofeno o paracetamol. Los medicamentos recetados son seguros de usar durante la lactancia.

Qué esperar después del parto

A menos que su bebé requiera atención adicional en el momento del parto, el equipo de atención hará todo lo posible para minimizar el tiempo que usted y el bebé estén separados inmediatamente después del nacimiento. Puede esperar lo siguiente según su método de parto:

Después de un **parto vaginal**, tan pronto como el bebé nazca y parezca saludable, se lo secará y se lo pondrá piel con piel en su seno, o será envuelto en mantas para abrigarlo, según sus preferencias.

Después de un **parto por cesárea**, su bebé será secado bajo un calentador radiante y luego envuelto en mantas para mantenerlo con calor para regresárselo a usted a la sala de recuperación para pasar un tiempo piel con piel en privado.

Hora dorada

Conocer a su bebé por primera vez es una experiencia que nunca olvidará. Poco después del parto, un miembro de su equipo de atención de enfermería secará y evaluará a su bebé. Luego, se pondrá al bebé sobre su pecho desnudo y se lo cubrirá con una manta caliente. Esta conexión de su bebé sin envolver acostado directamente sobre su pecho desnudo se llama contacto piel con piel y puede darle a usted y a su bebé tiempo para relacionarse. La evaluación de su bebé por parte del equipo de parto puede ocurrir mientras el bebé permanece piel con piel.

Según la Academia Americana de Pediatría, un recién nacido sano debe ponerse en contacto directo con su madre inmediatamente después del parto y hasta que se complete la primera alimentación. Aquí en Ascension, fomentamos el contacto piel con piel con su bebé durante los primeros 60 minutos sin interrupciones después del nacimiento. La primera hora de vida fuera del útero para su bebé es un momento para darle la bienvenida y promover una transición pacífica. Y solo sucede una vez en la vida.

Durante la hora dorada recomendamos:

- El mínimo de personas en la habitación inmediatamente después del parto
- Poca iluminación en la habitación
- Bajos niveles de ruido
- Caricias tiernas y cariñosas para su bebé

Estamos preparados para todo tipo de embarazos. Nuestro equipo de atención quiere que su experiencia de parto sea lo más segura posible.



Además de la hora dorada, los animamos a usted y a otros familiares que lo cuidan a continuar usando técnicas piel con piel para crear un ambiente cálido y seguro para su bebé. Estos son algunos de los beneficios del contacto piel con piel para el bebé y la madre:

Bebé

- Mejora de la frecuencia respiratoria, la frecuencia cardíaca y la temperatura
- Mantiene estable el nivel de azúcar en sangre
- Prepara al bebé para la lactancia

Madre

- Mayor vínculo afectivo y mayor confianza en el cuidado del bebé
- Mayor éxito con la lactancia
- Mayor producción de leche
- Promueve la recuperación posparto

Apoyo en la sala de partos

Por lo general, puede planear tener al menos una persona de apoyo presente en la sala de partos con usted. Consulte con su proveedor de atención médica sobre lo que está permitido en el hospital donde planea dar a luz.

Recuperación posparto

Inmediatamente después del parto, puede permanecer en la sala de partos o ser trasladada a un área separada de recuperación posterior a la anestesia. El personal de enfermería se ocupará de su recuperación inmediata de la cirugía, el parto y la anestesia. Su estancia en el área de recuperación durará hasta que sus signos vitales estén estables, por lo general, de

1 a 2 horas. Sin embargo, una vez que haya pasado el período de recuperación inmediata de 1 a 2 horas, es posible que su condición no requiera un control así de frecuente por parte de un enfermero. Para apoyar su experiencia familiar, tendrá una habitación privada durante el resto de su hospitalización, lo que le permitirá tener más tiempo para descansar y recuperarse con su nuevo bebé y su familia. Dependiendo de sus necesidades médicas, puede permanecer en la habitación en la que dio a luz hasta el momento del alta o puede que la trasladen a otra unidad. Independientemente de dónde se recupere, el personal estará disponible cuando se lo llame para ayudarla y enseñarle todo lo que necesita saber sobre el cuidado de la madre y el bebé. Los enfermeros y el personal están especialmente capacitados para ayudarla a hacer la transición a la independencia en la casa con su nuevo bebé.

Su atención en la siguiente fase de su estancia posparto se enfocará en el manejo del dolor, levantarse y moverse, y darle la educación e información que necesita para hacer la transición segura a casa con su bebé. Puede esperar permanecer en el hospital de 24 a 72 horas. La duración de su estancia está determinada principalmente por su tipo de parto.

Elegir al médico de su bebé

Le pedimos que designe al médico de su bebé cuando entre a la Unidad de Trabajo de Parto y Parto para que la información esencial sobre el parto y la atención de su bebé pueda comunicarse con su consultorio después del alta. Si su médico elegido no admite o no puede admitir bebés en el hospital donde usted da a luz, se le asignará un médico durante la estancia de su bebé para darle atención. Sin embargo, usted hará un seguimiento con su médico elegido después del alta y deberá programar una cita con su consultorio antes del alta.

Lactancia

La evidencia es clara de que la lactancia materna tiene muchos beneficios para las madres y los bebés, y para las comunidades en las que viven. La lactancia materna protege a los bebés y a las madres contra una amplia variedad de enfermedades y condiciones. La lactancia también es buena para el medio ambiente y es un recurso renovable gratis.

Ascension Texas se compromete a dar apoyo de lactancia de alta calidad a sus pacientes. Además, todos los hospitales de maternidad han recibido la designación de los Diez Pasos de Texas, que reconoce los esfuerzos exitosos para implementar políticas que están alineadas con las prácticas óptimas de lactancia materna. Mediante nuestra asociación con Breastfeeding Success, podemos dar el estándar de oro en la atención clínica de la lactancia en todos nuestros hospitales de maternidad y de niños. Nuestro compromiso de apoyar a las familias que amamantan se evidencia en nuestras tasas de lactancia materna exclusiva, que son las más altas de la región.

El equipo de Breastfeeding Success de Consultores de Lactancia Certificados por la Junta Internacional (IBCLC) está disponible para dar apoyo en la lactancia desde la preconcepción hasta el destete. “Como experto clínico en el manejo de la lactancia materna y la lactancia humana, el IBCLC está capacitado para orientar a las madres y familias sobre el inicio, la exclusividad y la duración de la lactancia materna, y para ayudar con cualquier dificultad o situación de alto riesgo. Los IBCLC son sensibles y apoyan las necesidades de las madres, los bebés, los niños y diversas estructuras familiares en el trabajo hacia los objetivos de la lactancia materna”.

Ascension Texas también se enorgullece de destacar varias de las mejores prácticas que usamos para apoyar la lactancia materna y el cuidado óptimo del paciente:

- El contacto piel con piel de la madre y el bebé durante al menos la primera hora después del nacimiento se llama la **hora dorada** y permite que su bebé encuentre y se oriente hacia el seno inmediatamente después del parto, preparando el escenario para un agarre y posicionamiento efectivo.
- **El contacto continuo piel con piel y permanecer en la misma habitación** fomentan el acceso sin restricciones al seno para practicar y crear vínculos afectivos.
- **El pinzamiento óptimo del cordón** asegura los mejores resultados médicos en general y los niveles de energía, que



los bebés necesitan para el trabajo de la lactancia materna.

- Los bebés nacen cubiertos de un líquido protector que, cuando no se lava inmediatamente ayuda a los bebés a encontrar el pecho y a prenderse más fácilmente. Por lo tanto, en Ascension practicamos el **baño tardío**, lo que significa que no bañamos a su bebé inmediatamente después de que nace.
- Nosotros **no usamos chupetes a menos que lo soliciten los padres**. El uso excesivo de chupetes reduce la práctica de la lactancia materna y el tiempo de alimentación.
- **La leche materna de donante está disponible en la mayoría de los centros para cualquier recién nacido menor de 5 días con una necesidad médica**. Se ha demostrado que la leche materna de donante es el alimento más saludable para los bebés cuando la leche materna aún no está disponible.
- Ascension tiene **Consultores en lactancia de la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (NICU)** con competencias avanzadas para enseñar y dar intervenciones a una población especial de pacientes.
- Honrar a todas las familias es una de nuestras principales prioridades. Damos **apoyo individualizado para las familias** que alimentan con fórmula. Dicho apoyo incluye la enseñanza de prácticas seguras de preparación y alimentación para garantizar la seguridad y los mejores resultados.
- **Los procedimientos se hacen en la habitación del paciente o mientras el bebé está amamantando**, ya que se ha demostrado que el acto de amamantar reduce el dolor del bebé.
- La extracción de leche temprana y eficaz garantiza un suministro de leche suficiente. Le **daremos instrucciones sobre la extracción manual y acceso a extractores de leche de hospital durante su estancia**.
- El acceso a equipo de lactancia de alta calidad confirma que los padres reciben el alta con todo lo necesario para traer un suministro completo de leche cuando sea necesario. Por lo tanto, damos en alquiler **extractores de leche y básculas para bebés de hospital para pacientes ambulatorios** para que pueda continuar con las mejores prácticas de lactancia y hacer un seguimiento del progreso del crecimiento de su bebé.
- Nuestro **personal especializado en lactancia y la educación del paciente la ayudarán a tomar una decisión informada y le darán lo mejor en atención clínica**.
- Tener un plan de alimentación por escrito es útil cuando se informa al proveedor de atención primaria del bebé sobre cómo va la alimentación. Le daremos por escrito un **plan de alimentación para el alta, con remisiones para el apoyo de la comunidad** en caso de que las necesite. Las remisiones de la comunidad son vitales para el éxito continuo de la lactancia materna.

El equipo de lactancia de Breastfeeding Success está disponible en los hospitales de maternidad y de niños de Ascension Texas los 7 días de la semana. Los pacientes y el personal pueden acceder al equipo de lactancia en cualquier momento llamando a la línea directa de BFS al 512-808-0237.

Breastfeeding Success es un proveedor dentro de la red con la mayoría de las principales compañías de seguros. Después del alta, las pacientes pueden visitar una de sus clínicas locales de medicina para la lactancia para recibir atención exclusiva de lactancia, alquiler de equipos, clases y grupos de pares. Visite **bfsuccess.com** para obtener más información. Breastfeeding Success espera conocer mejor a su familia para apoyar su proceso de lactancia y alimentación infantil.

La estancia de su bebé en el hospital

Formularios de consentimiento después del nacimiento de su hijo

Se le pedirá que firme los siguientes formularios de consentimiento después del nacimiento de su bebé:

- Vacuna contra la hepatitis B para su bebé
- Circuncisión, si planea esta opción para su bebé

Es una buena idea hablar sobre la circuncisión y las vacunas con el médico o proveedor clínico de su bebé durante su embarazo. Si toma la decisión antes de ingresar al hospital, se sentirá menos presionada para tomar una decisión antes de irse a casa.

Medicamentos que recibirá su bebé

Los Centros para el Control de Enfermedades (CDC) recomiendan encarecidamente que se le administren dos medicamentos a su bebé al nacer. La primera es una pomada antibiótica que se administra en los ojos para ayudar a prevenir la conjuntivitis (ojos irritados). La conjuntivitis en un recién nacido puede ser causada por un conducto lagrimal bloqueado o por una infección con un virus o una bacteria que se transmite de la madre al bebé durante el parto. Cuando es causada por una infección, la conjuntivitis neonatal puede ser muy grave.

El segundo medicamento es la vitamina K, que se administra mediante inyección, generalmente en el muslo. La vitamina K es un nutriente vital que nuestro cuerpo necesita para que la sangre se coagule y detenga el sangrado. Los bebés tienen muy poca vitamina K en el cuerpo al nacer. El sangrado por deficiencia de vitamina K o VKDB es una condición que ocurre cuando un bebé no tiene suficiente vitamina K. Sin suficiente vitamina K, hay la posibilidad de sangrado en los intestinos y el cerebro. La buena noticia es que la VKDB se puede prevenir fácilmente con una inyección de vitamina K en el muslo al nacer.

La Academia Americana de Pediatría, junto con los CDC, también recomiendan comenzar la serie de vacunas contra la hepatitis B mientras está en el hospital. La hepatitis B es una enfermedad del hígado que puede causar una enfermedad leve que dura algunas semanas o puede provocar una enfermedad grave de por vida. Normalmente, la primera dosis se administra dentro de las 24 horas posteriores al nacimiento y la serie de inyecciones se completa a los seis meses de edad.

Retraso del baño

Las investigaciones muestran que para la mayoría de los bebés, retrasar el baño durante al menos 12 a 24 horas después del nacimiento tiene muchos beneficios. Este retraso da más tiempo ininterrumpido para vincularse con su bebé, promueve una lactancia exitosa, reduce el riesgo de infección, ayuda a su bebé a mantener un nivel estable de azúcar en la sangre y ayuda a su bebé a regular mejor su propia temperatura corporal. Retrasar el baño también le da tiempo a usted para descansar y recuperarse. Junto con el contacto piel con piel y la hora dorada después del parto, el retraso en el baño da una gran oportunidad para hacer que su experiencia de parto sea única y significativa. Usted y su familia pueden participar más

en el primer baño, permitiendo que todos disfruten de este momento especial.

Seguridad infantil

Nuestro personal considera la comodidad y seguridad de usted y su bebé una de nuestras principales prioridades. Debe conocer las importantes medidas de seguridad que hay para proteger a su familia. Todos los empleados usan tarjetas de identificación con fotografía con características únicas para identificar a los asociados asignados para trabajar con mamás y bebés. Todas las unidades de atención perinatal y neonatal tienen tecnología moderna para sistemas electrónicos de vigilancia y seguridad.

Las huellas de los bebés están protegidas en la historia clínica del bebé. Usamos un sistema de identificación de brazalete, que incluye información escrita a mano en el momento del parto, que coincide con la madre y el bebé, que luego se aplica a la muñeca de la madre, la muñeca del adulto designado por la madre, y la muñeca y el tobillo del bebé. A nadie se le permitirá sacar al bebé de la habitación de la madre o del cuarto del bebé sin la pulsera de identificación concordante o la identificación adecuada. Abajo figuran algunas cosas que puede hacer para garantizar la seguridad de su bebé en el hospital:

- No dude en hacer preguntas. Use la luz de llamada al enfermero si tiene alguna pregunta sobre el personal o cualquier situación sobre la que no esté segura.
- No deje a su bebé desatendido. Llame a su enfermero si va a estar lejos de su bebé.
- Asegúrese de revisar sus pulseras de identificación con la pulsera del bebé si por alguna razón se ha separado de su bebé.
- Solicite una identificación con fotografía adecuada a cualquier persona que entre a su habitación o atienda a su bebé.
- Pida una explicación cada vez que su bebé sea retirado de su habitación.
- Ponga siempre a su bebé en la cuna si quiere caminar por el pasillo con su bebé.

Sostener al bebé

Como nuevos padres, están felices, abrumados, enamorados, asustados y orgullosos, pero sobre todo, están cansados. Sus familiares querrán visitarlos a usted y a su nuevo bebé. Sin embargo, se recomienda que los nuevos padres establezcan límites con las visitas. Un respeto saludable por los límites ayudará en gran medida a que los nuevos padres se sientan cómodos cuando las visitas vengan a conocer a su nueva incorporación.

Los bebés tienen un sistema inmunológico muy básico y son muy vulnerables a los gérmenes y enfermedades. Si tiene visitas al hospital, abajo figuran algunas cosas para tener en cuenta:

Asegúrese de que sus visitas:

- Eviten besar al bebé en la cara, especialmente en los labios
- Se laven las manos antes de cargar al bebé.
- No perturben los patrones de alimentación o sueño
- Estén sanas
- Se queden por corto tiempo



Como nueva madre, puede elegir a quién y durante cuánto tiempo quiere que sus visitas estén presentes. Su equipo de atención siempre está aquí para respaldar sus preferencias y garantizar la mejor experiencia posible. Trabajaremos con usted para monitorear a los visitantes, ayudar a fomentar las visitas breves e incluso pedirles que se vayan, si es necesario.

Expectativas de la circuncisión

La circuncisión masculina es la extirpación quirúrgica del prepucio, que es la capa de piel que cubre la cabeza del pene. La circuncisión es electiva, usted decide si se hace o no. Es importante tener toda la información sobre los posibles beneficios y riesgos del procedimiento antes de tomar una decisión. Puede pensar en beneficios médicos futuros, creencias religiosas o culturales y preferencias personales o preocupaciones sociales. La circuncisión toma solo unos minutos. Durante el procedimiento, se coloca al bebé en una mesa especial. Se usan varias técnicas quirúrgicas, pero siguen los mismos pasos. Se limpian el pene y el prepucio, luego se coloca una abrazadera especial en el pene y se corta y retira el prepucio. Si tiene alguna pregunta o preocupación, hable con su profesional de atención médica durante su embarazo para que tenga tiempo suficiente para tomar una decisión informada. Debido a que la circuncisión es un procedimiento electivo, es posible que su póliza de seguro médico no la cubra. Para averiguar si su póliza cubre el procedimiento, llame a su proveedor de seguro médico.

Examen de audición

Aproximadamente 3 de cada 1,000 niños en los Estados Unidos nacen sordos o con problemas de audición. Afortunadamente, la identificación y la intervención tempranas permiten que los niños con pérdida auditiva reciban ayuda durante los dos primeros años de vida, un período crítico para el desarrollo de las competencias del habla y el lenguaje. Si no se detecta, la pérdida auditiva puede afectar negativamente la adquisición del habla y el lenguaje, el rendimiento académico y el desarrollo social y emocional.

Se usan dos pruebas diferentes para detectar la pérdida de audición en los bebés. Ambos tipos de exámenes son indoloros y no invasivos para su bebé. Su recién nacido puede descansar o dormir durante ambas pruebas. Los resultados del examen de audición de su bebé serán revisados con usted por un pediatra o un proveedor de atención médica antes de que le den el alta.

- Las emisiones otoacústicas prueban si algunas partes del oído responden al sonido. Durante esta prueba, se inserta un auricular blando en el canal auditivo de su bebé. Reproduce sonidos y mide una respuesta de "eco" que se produce en oídos con audición normal. Si no hay eco, su bebé podría tener pérdida auditiva.
- La respuesta auditiva del tronco encefálico evalúa cómo el nervio auditivo y el tronco encefálico (que llevan el sonido del oído al cerebro) responden al sonido. Durante esta prueba, su bebé usa auriculares pequeños y se le colocan electrodos en la cabeza sin ocasionar dolor alguno. Los electrodos se adhieren y se desprenden como pegatinas y no deberían causar molestias.

<https://dshs.texas.gov/tehd/audiology-services-texas-newborn-hearing-screening-program.aspx>

Examen del corazón

La enfermedad cardíaca congénita crítica (CCHD) representa un grupo de defectos cardíacos que causan síntomas graves que ponen en peligro la vida y requieren intervención durante los primeros días o el primer año de vida. La evaluación para detectar CCHD generalmente ocurre cuando su bebé tiene entre 24 y 48 horas de vida. En la evaluación para detectar CCHD en recién nacidos se usa un dispositivo llamado oxímetro de pulso para medir el oxígeno en la sangre del bebé. Los recién nacidos con niveles bajos de oxígeno en sangre tienen un mayor riesgo de tener CCHD.

dshs.state.tx.us/newborn/cchd.aspx

Examen de bilirrubina (ictericia)

El examen de bilirrubina es una práctica de rutina para detectar niveles altos de bilirrubina en sangre en todos los recién nacidos (hiperbilirrubinemia). Algunos recién nacidos desarrollan un color amarillento en la piel o en los ojos conocido como ictericia. La ictericia es causada por una acumulación de bilirrubina, un pigmento en la sangre. El examen se hace antes de que su bebé salga del hospital. Requiere tomar una pequeña muestra de sangre del talón de su bebé.

Examen de detección de trastornos médicos en recién nacidos de Texas

El análisis de sangre para recién nacidos es un requisito legal para cualquier bebé nacido en Texas (Código de Salud y Seguridad, capítulo 33) e identifica a los bebés que pueden tener una condición o trastorno médico específico. El tratamiento temprano de estos trastornos puede ayudar a prevenir complicaciones graves o incluso la muerte. En Texas, se completan dos evaluaciones para detectar los trastornos lo antes posible. Para el primer examen de detección se extraerá sangre en el hospital entre las 24 y 48 horas de edad. Para el segundo examen de detección se extraerá sangre en el consultorio de su pediatra entre 1 y 2 semanas de edad.

dshs.texas.gov/newborn/default.shtm

dshs.texas.gov/newborn/screened_disorders.aspx

Certificado de nacimiento

Texas requiere que se presente un certificado de nacimiento completo dentro de los cinco días posteriores al nacimiento. Un Registrador de Nacimientos le ayudará a completar la información necesaria para presentar el certificado de nacimiento de su bebé mientras está en el hospital. En determinadas circunstancias, pueden ser necesarios información o documentos adicionales. Nuestro equipo de Registradores de Nacimientos está preparado para ayudar a su familia durante todo el proceso. Cualquier cambio en la información del certificado de nacimiento después de que se haya presentado oficialmente al Estado de Texas debe hacerse mediante la oficina del fiscal general de Texas.

Número de seguro social

Su bebé será registrado para obtener un número de seguro social cuando se complete la información del certificado de nacimiento. Deberá pedir un recibo de la solicitud, especialmente si usa actualmente o va a solicitar Medicaid o WIC. La tarjeta del seguro social se enviará por correo a su domicilio en cuatro a seis semanas.

Registro de vacunación

Mantenerse al día con los registros de vacunas ahora es más fácil que nunca, gracias a ImmTrac2, el Registro de Vacunación de Texas. El Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas (Texas Department of State Health Services, DSHS) da el Registro de Vacunación de Texas sin costo para todos los tejanos. El registro es seguro y confidencial, y consolida y almacena de forma segura los registros de vacunación de múltiples fuentes en un sistema centralizado. La ley de Texas requiere el consentimiento por escrito de las personas para participar en el registro. El acceso a los registros es para quienes tengan autorización. Las organizaciones autorizadas incluyen proveedores de atención médica, escuelas y departamentos de salud pública. Se le dará la oportunidad de registrarse para ImmTrac2 en el hospital.

immtrac.dshs.texas.gov/TXPRD/portallInfoManager.do

Servicios de salud y humanos de Texas

El Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas (DSHS) se ha reestructurado para agudizar su enfoque en la salud pública. El objetivo de DSHS es promover y proteger la salud de las personas y de las comunidades donde viven, aprenden, trabajan, adoran y juegan. Visite el sitio web de DSHS o su oficina local de DSHS para acceder a una gran cantidad de excelente información para criar a su familia en Texas.

dshs.texas.gov

Oficina del fiscal general de Texas

Además de los asuntos relacionados con el certificado de nacimiento, puede comunicarse con la oficina del fiscal general de Texas si tiene alguna preocupación o pregunta sobre cuestiones de paternidad (padre legal) durante su embarazo. La oficina del fiscal general tiene formularios e información para el reconocimiento de paternidad por parte del padre de su bebé. El reconocimiento de la paternidad es muy importante para garantizar que su bebé sea elegible para recibir beneficios, como el seguro social, beneficios para veteranos, manutención infantil y atención médica.

texasattorneygeneral.gov

Prepararse para ir a casa con su bebé

¡Bienvenidos a la paternidad! Durante las próximas semanas, meses y años, pueden esperar tener momentos de alegría y emoción, pero es normal que también experimenten momentos de preocupación y ansiedad. También pueden tener muchas preguntas.

Qué hacer antes de ir a casa

Cuando llegue el día de llevar a su bebé a casa, querrá que todo salga lo mejor posible. Es útil estar preparada antes de irse a casa.

- Pase tiempo con su equipo de atención para obtener respuestas a todas sus preguntas.
- Coordine para que alguien la lleve a su casa.
- Tenga un asiento de seguridad para auto para que su bebé viaje a casa de manera segura.
- Su enfermero deberá asegurarse de que haya firmado todos los formularios necesarios y de que se le dé educación y respuestas a todas las preguntas que pueda tener sobre el cuidado en casa.
- Revise el plan de alimentación para el alta del bebé con su equipo de atención.
- Reserve dos citas de seguimiento antes del alta; una para usted y otra para su bebé.
- Las nuevas madres necesitarán una cita con sus médicos o proveedores de la clínica 6 semanas después de un parto vaginal, o 2 semanas y 6 semanas después de un parto por cesárea. Además, es posible que se requiera una cita para la extracción de grapas si tuvo una cesárea y no le quitaron las grapas antes del alta.
- Antes del alta, su bebé necesitará programar una cita con el pediatra de su elección. La cita deberá hacerse entre 1 día y 2 semanas después del alta. El médico de alta del bebé le indicará cuándo programar la cita.
- Eche un último vistazo a la habitación para asegurarse de tener todos sus artículos personales antes de irse.

Llamadas de asistencia de transición desde Ascension

Asegurarse de estar preparada para la vida en casa con su bebé es una prioridad para nuestro equipo de atención. Cuando usted y su bebé dejen nuestro cuidado, seguiremos queriendo saber cómo les está yendo. De tres a cinco días después de que le den el alta, recibirá una llamada telefónica de uno de los miembros de nuestro equipo de atención para comunicarse con usted. Las llamadas de asistencia de transición las hacen enfermeros titulados que trabajan en su unidad de posparto y solo demoran unos cinco minutos. Mediante estas llamadas, continuamos nuestra asociación con usted, asegurándonos de que pueda cumplir lo que se espera de usted para una transición segura del cuidado de su bebé en casa.



El objetivo principal de la llamada es asegurarnos de que entienda todas las instrucciones que ha recibido y sabe cómo cuidar de usted y de su bebé. Durante la llamada, el enfermero le preguntará cómo están usted y su bebé, averiguará si se han surtido las recetas, le hablará sobre cualquier dolor inusual y le preguntará si se han programado citas de seguimiento. También tendrá la oportunidad de hacer preguntas y compartir aspectos destacados o preocupaciones sobre su experiencia en el hospital.

Beneficios de las llamadas de asistencia de transición:

- Garantizan una atención segura y eficaz, incluso en casa.
- Ayudan a prevenir complicaciones posteriores al parto.
- Permiten el conocimiento continuo de los sentimientos normales en comparación con la tristeza posparto anormal que puede requerir atención o tratamiento.
- Extienden el apoyo de su equipo de atención hasta los primeros días de la maternidad.
- Ayudan con cualquier preocupación de alimentación infantil.
- Pueden prevenir reingresos de la mamá y el bebé.
- Se aseguran de que el plan de manejo del dolor esté funcionando.
- Elevan las preocupaciones a los recursos adecuados.

En Ascension, creemos que hacer la llamada marca la diferencia.

Cuidarse

Hipertensión y hemorragia maternas

Ascension Texas se ha asociado con el estado para dar atención segura, de calidad y equitativa para todas las mamás y bebés. Implementamos paquetes reconocidos a nivel nacional y capacitación en equipo para simular las condiciones que conducen a la mortalidad materna y la morbilidad grave. Al simular condiciones, como hemorragia, preeclampsia y sepsis, los equipos pueden reconocer y responder temprano a eventos reales para reducir la morbilidad y la mortalidad maternas.

Trata de personas

La trata de personas implica el uso de la fuerza, el fraude o la coacción para obtener algún tipo de acto sexual laboral o comercial. Cada año, millones de hombres, mujeres y niños son víctimas de trata en todo el mundo, incluso aquí en los Estados Unidos. Puede suceder en cualquier comunidad, y las víctimas pueden ser de cualquier edad, raza, género o país de origen. Los traficantes pueden usar la violencia, la manipulación o las falsas promesas de trabajos bien remunerados o relaciones románticas para atraer a las víctimas a situaciones de trata.

www.dhs.gov/blue-campaign/what-human-trafficking

Tráfico sexual

Cuando mediante el uso de la fuerza, amenazas de fuerza, fraude, coacción o cualquier combinación de tales medios, a un adulto se le exige participar en un acto sexual comercial, esa persona es víctima de la trata. En tales circunstancias, los perpetradores involucrados en reclutar, atraer, albergar, transportar, dar, obtener, publicitar, mantener, patrocinar o solicitar a una persona para ese propósito son culpables de tráfico sexual federal de un adulto. Esto es cierto incluso si la víctima previamente aceptó en participar en sexo comercial.

Tráfico sexual de menores

Cualquier niño (menor de 18 años) que haya sido reclutado, atraído, albergado, transportado, dado, obtenido, anunciado, mantenido, patrocinado o solicitado para participar en un acto sexual comercial es una víctima de la trata, independientemente de si es forzado o no, si se usa el fraude o la coacción. El uso de niños en el comercio sexual comercial está prohibido por la legislación de los EE. UU. y por la legislación de la mayoría de los países del mundo.

Tráfico laboral

El tráfico laboral abarca la gama de actividades (reclutamiento, albergue, transporte, suministro u obtención) involucradas cuando una persona usa la fuerza o amenazas físicas; coacción psicológica; abuso del proceso legal; un esquema, plan o patrón destinado a retener a una persona por temor a sufrir daños graves; u otros medios coercitivos para obligar a alguien a trabajar. Una vez que se obtiene el trabajo de una persona por esos medios, el consentimiento previo o el esfuerzo de la persona para obtener empleo con el traficante no impide que la persona sea considerada víctima, o que el gobierno procese al delincuente. La ley de los EE. UU. prohíbe importar bienes producidos mediante trabajo forzoso, incluyendo el trabajo infantil forzado, trabajo de convictos y trabajo por contrato sujeto a sanciones penales.

traffickjamlive.org/about

Violencia doméstica

La violencia doméstica ocurre en todos los grupos de edad y etapas de la vida. En lugar de reducirse durante el embarazo, la espera de un hijo es un factor de riesgo clave para que la violencia doméstica comience o aumente. Amenaza enormemente la salud de la madre y la del bebé. Para muchas familias, el embarazo puede provocar sentimientos de estrés, lo que es normal. Pero no está bien que su pareja reaccione violentamente al estrés. El abuso puede ser emocional o físico. Una pareja abusiva puede causar dolor emocional al insultarla o culparla constantemente por algo que no ha hecho. Un abusador puede intentar controlar su comportamiento no permitiéndole ver a su familia y amigos, o diciéndole siempre lo que debe hacer. Una pareja abusiva también puede intentar causarle daño físico. A veces, un abusador puede apuntar este daño físico hacia el vientre de una mujer embarazada. Este tipo de violencia no solo puede hacerle daño a usted, sino también puede poner a su bebé por nacer en grave peligro. Algunas parejas se vuelven abusivas durante el embarazo porque se sienten:

- Molestos porque este fue un embarazo no planeado
- Estresados ante la idea de mantener económicamente a un primer bebé o a otro bebé
- Celosos de que su atención pueda pasar de su pareja a su nuevo bebé o a una nueva relación

¿Qué puede hacer?

Reconozca que está en una relación abusiva. Una vez que se dé cuenta de esto, habrá dado el primer paso hacia la ayuda. Tenga un plan para su seguridad. Esto puede incluir:

- Apréndase el número de teléfono del departamento de policía local y del consultorio de su proveedor de atención médica en caso de que su pareja la lastime. Llame al 911 si necesita atención médica inmediata. Asegúrese de obtener una copia del expediente policial o médico si decide presentar cargos contra el abusador.
- Encuentre un lugar seguro. Hable con un amigo, vecino o familiar de confianza con quien pueda quedarse, sin importar la hora del día o de la noche, para garantizar su seguridad.
- Reúna algo de dinero extra y cualquier documento o artículo importante que pueda necesitar, como una licencia de conducir, tarjetas de seguro médico, una chequera, información de cuentas bancarias, tarjetas del seguro social y medicamentos recetados. Guarde estos artículos en un lugar seguro para poder llevárselos rápidamente.
- Empaque una maleta con artículos de tocador, una muda adicional de ropa para usted y sus hijos, y un juego adicional de llaves de la casa y del auto. Entréguele la maleta a alguien de su confianza que pueda guardarla de forma segura.

Recuerde: Nadie merece ser abusado física o emocionalmente. Reconozca las señales de abuso y busque ayuda. Es posible que se sienta muy asustada ante la idea de irse, pero tiene que hacerlo. Usted y la vida de su bebé dependen de ello. Línea directa nacional de violencia doméstica: 800-799-SAFE (7233) o 800-787-3224 TTY.

SEÑALES DE ADVERTENCIA MATERNALES URGENTES



Dolor de cabeza que no desaparece o empeora con el tiempo



Mareos o desmayos



Pensamientos sobre lastimarse a sí misma o a su bebé



Cambios en su visión



Fiebre



Dificultad para respirar



Dolor de pecho o latidos cardíacos rápidos



Dolor de vientre que no desaparece



Náuseas graves y vómitos (no como náuseas matutinas)



Movimientos del bebé que se detienen o desaceleran



Sangrado vaginal o pérdida de líquido durante el embarazo



Sangrado vaginal o pérdida de líquido después del embarazo



Inflamación, enrojecimiento, o dolor de piernas



Inflamación extrema de sus manos o cara



Cansancio agobiante

Si tiene alguno de estos síntomas durante o después del embarazo, comuníquese con su proveedor de atención médica y obtenga ayuda de inmediato.

Si no puede comunicarse con su proveedor, vaya a la sala de emergencias. Recuerde mencionar que está embarazada o que ha estado embarazada durante el último año.

Obtenga más información: [safehealthcareforeverywoman.org/urgentmaternalwarningsigns](https://www.safehealthcareforeverywoman.org/urgentmaternalwarningsigns).



Tome una foto para obtener más información.

© 2020 American College of Obstetricians and Gynecologists. Por la presente, se concede permiso para duplicar y distribuir este documento, en su totalidad y sin modificación, únicamente para actividades no comerciales con fines educativos, de mejora de la calidad y de seguridad de la paciente. Todos los demás usos requieren un permiso por escrito de ACOG.

Se ha demostrado que estandarizar los procesos de atención médica y reducir la variación mejora los resultados y la calidad de la atención. El Consejo de Seguridad del Paciente en la Atención Médica de la Mujer difunde herramientas de seguridad para pacientes para ayudar a facilitar el proceso de estandarización. Esta herramienta refleja los avances emergentes clínicos, científicos y de seguridad del paciente a la fecha de publicación y está sujeta a cambios. La información no debe interpretarse como un dictado de un tratamiento o procedimiento exclusivo a seguir. Aunque los componentes de una herramienta en particular pueden adaptarse a los recursos locales, se recomienda encarecidamente la estandarización dentro de una institución.

El Consejo de Seguridad del Paciente en la Atención Médica de la Mujer es un amplio consorcio de organizaciones de todo el espectro de la salud de la mujer para promover la atención médica segura para todas las mujeres.

V1 mayo 2020



Preparación para el parto

Con el embarazo, en algún momento comenzará el trabajo de parto por su cuenta, es posible que rompa aguas o su médico la enviará al hospital para el parto. Cuando suceda cualquiera de estas cosas, irá al hospital y será atendida por un equipo de atención. Si está en trabajo de parto o necesita dar a luz a su bebé, será hospitalizada. Un equipo de atención obstétrica altamente capacitado se ocupará de usted y de su bebé durante el trabajo de parto, el parto, la recuperación y el período posparto.

Preparándose para un parto programado

Con base en ciertas circunstancias, su obstetra puede decidir programar su parto para una fecha específica. Aunque puede ser que un parto programado no sea lo que esperaba, la decisión puede basarse en su historial médico, su bienestar o el de su bebé, u otros factores que afecten su embarazo. Puede elegir programar una inducción electiva o una cesárea después de las 39 semanas de embarazo cuando la inducción médica o la cesárea puedan ser necesarias debido a su salud o la salud de su bebé. Un parto médicamente indicado puede ocurrir antes de la fecha de parto y antes de las 39 semanas de embarazo.

Su médico trabajará con usted para determinar la mejor fecha en función de los motivos para programar su parto. Incluso con la fecha perfecta planeada, pueden ocurrir eventos incontrolables que cambiarán la fecha de su parto. El equipo de atención también puede retrasar o posponer su cirugía programada o la inducción programada para garantizar la atención más segura para usted y su bebé.

Tratamientos previos al ingreso antes del parto

Por lo general, su médico no requerirá ningún tratamiento previo al ingreso antes del día de su parto. Una vez que llegue al hospital, su enfermero puede extraerle sangre, darle medicamentos previos al procedimiento u ordenar pruebas específicas que su médico pida. Si su médico necesita pedir pruebas antes del parto, el equipo de atención de su consultorio la ayudará a coordinar y programar esas citas.

Información general sobre su cesárea

Anestesia para la cirugía

Si aún no se ha reunido con el anestesiólogo, él o ella la visitará el día de su cirugía. El anestesiólogo revisará su procedimiento planificado, historial médico y estudios de laboratorio.

Recuperación acelerada después de la cirugía (ERAS)

Con un parto quirúrgico o una cesárea, nuestro objetivo es ayudarla a controlar el dolor, facilitar el retorno rápido de las funciones corporales y ayudarla con el movimiento y la caminata tempranos para mantenerla segura y saludable. El programa Recuperación acelerada después de la cirugía (Enhanced Recovery After Surgery, ERAS) se ha estudiado a nivel internacional y en los Estados Unidos. Las investigaciones han demostrado que el proceso de recuperación acelerada acorta la duración de su hospitalización y le permite regresar a su rutina y a su estilo de vida normales más rápidamente que el enfoque quirúrgico tradicional de un período de recuperación prolongado. El programa ERAS se centra en

cuatro áreas principales: preparación y educación antes de la cirugía, manejo del dolor, dieta y movilización. Las siguientes instrucciones e información se dan para ayudarla a entender qué esperar y qué papel desempeña en su recuperación saludable.

Aproximadamente dos horas antes de la cesárea programada, se le pedirá que beba una bebida con sabor. Esta es una parte importante del proceso ERAS. Debido a que la cirugía es estresante para el cuerpo, esta bebida da muchas calorías y energía para apoyar las funciones corporales durante el parto. La carga de carbohidratos previa al procedimiento, junto con mantener la temperatura en la sala de operaciones y darle medicamentos para el dolor ANTES de la cirugía, ayudan a reducir el estrés que siente su cuerpo. Cuanto menos estrés experimente su cuerpo, más rápido se recuperará y más pronto estará lista para cuidar a su nuevo bebé.

Después de que abandone el área de recuperación, su equipo de atención continuará promoviendo el programa ERAS retirando el catéter de vejiga y la vía intravenosa lo antes posible. La animarán a que se siente tan pronto como lo desee y luego a que empiece a caminar tan pronto como sea seguro. Además, la animarán a beber muchos líquidos y comer cosas sólidas lo antes posible. También la animarán a descansar.

Aunque experimentará algo de dolor e incomodidad después de la cirugía, nuestro objetivo es mantenerla cómoda. Con el programa ERAS, el uso de narcóticos es limitado. Los narcóticos pueden causar náuseas y vómitos, dificultad para respirar, picazón, estreñimiento y otros posibles problemas. Se usarán otras formas no narcóticas de analgésicos y métodos para controlar su dolor. Su equipo de atención trabajará con usted para mantener el dolor controlado para que pueda caminar y dar atención a su bebé y a usted. Su enfermero le preguntará con frecuencia sobre su dolor para que su nivel de dolor se mantenga tolerable. Queremos que camine, se mueva, coma y duerma bien. Infórmele a su enfermero si el plan de manejo del dolor debe ser ajustado.

El día de su cirugía o procedimiento

Inducción programada del trabajo de parto

Para su seguridad, consulte con su médico sobre cuándo comer su última comida completa antes de llegar para la inducción del trabajo de parto.

Parto por cesárea programada

Por su seguridad, no coma ni beba nada después de la medianoche, a menos que el personal de anestesia le indique lo contrario.

Cómo puede ayudar en el proceso de seguridad para su parto

Como paciente, puede hacer que su atención sea más segura siendo un miembro informado de su equipo de atención médica.

Antes de ir al hospital:

Pregunte a su médico:

- ¿Hay algún medicamento recetado o de venta libre que no deba tomar antes de su cirugía o parto?
- ¿Puede comer o beber antes de su cirugía o parto?
- Si tiene otras preguntas, escríbalas. Lleve su lista de preguntas cuando visite a su médico.

Lo que no debe hacer:

- Llevar joyas, incluyendo piercings corporales
- Traer objetos de valor, incluyendo medicamentos recetados
- Usar lentes de contacto
- Recortar o afeitar el área abdominal o perineal

Lo que sí debe hacer:

- Tomar un baño o una ducha para reducir la posibilidad de infección.
- Usar ropa que sea fácil de quitar y poner
- Comunicarse con su médico o cirujano si está enferma o tiene otras preocupaciones sobre su salud

Pídale a alguien de su confianza que:

- La lleve al hospital
- Esté con usted en el hospital durante su estancia. Esta persona puede asegurarse de que obtenga la atención que necesita para sentirse cómoda y segura.

En el hospital:

Se le pedirá que firme un Formulario de consentimiento informado. Léalo atentamente y verifique toda la información listada. Incluye:

- Su nombre.
- El tipo de cirugía y el tipo de anestesia que se le aplicará.
- Los riesgos de su cirugía.
- Una declaración que confirme que habló con su médico sobre la cirugía y tuvo la oportunidad de hacer preguntas.
- Su consentimiento para someterse a la cirugía.

Asegúrese de que todo en el formulario esté correcto. Asegúrese de que todas sus preguntas hayan sido respondidas.

Por su seguridad, el personal puede hacerle las mismas preguntas muchas veces. Preguntarán:

- ¿Quién es usted?
- ¿Qué tipo de cirugía le van a hacer?
- Sobre su historial médico
- ¿Cuándo fue la última vez que comió o bebió algo?
- ¿Tiene alguna alergia?

Antes del parto:

- Un profesional de atención médica le hablará sobre lo que va a suceder, qué esperar y le permitirá hacer preguntas de último momento.
- Su equipo de atención la preparará para la inducción, el procedimiento o la cesárea. Esto incluirá iniciar una vía intravenosa, extraer sangre, administrar medicamentos y preparar el sitio quirúrgico o el perineo para el parto.
- Su equipo de atención se tomará un “descanso” justo antes de su procedimiento o cirugía. Esto se hace para asegurar que se esté haciendo la cirugía correcta en la parte correcta del cuerpo de la persona adecuada.

Durante su parto:

- Su equipo de atención puede estar formado por muchos proveedores diferentes. Dependiendo de sus necesidades o de las necesidades de su bebé en el momento del parto, los expertos adecuados estarán allí con usted.
- Se completará un proceso de “descanso” antes de que se inicie cualquier procedimiento.
- Se usarán técnicas de calentamiento activo para mantener la temperatura corporal normal durante y después de la cirugía o el parto.
- Puede esperar que su bebé permanezca con usted en el quirófano, la sala de partos y el área de recuperación. El bebé solo será separado de usted si necesita cuidados adicionales.
- Se tomarán precauciones de seguridad para asegurar que su bebé esté correctamente identificado después del parto. A su bebé se le pondrán pulseras con información que coincida con la suya. Se tomarán las huellas de su bebé y se le pondrá una etiqueta electrónica por seguridad. Esta etiqueta nos ayuda a monitorear dónde está su bebé durante su estancia en el hospital.

Después del parto:

- Puede esperar que su bebé se quede con usted en el área de posparto. Solo si el bebé necesita cuidados adicionales, el bebé será separado de usted.
- Informe a su médico o a su enfermero de su dolor. Los hospitales y otras instalaciones quirúrgicas acreditados por The Joint Commission deben ayudar a aliviar su dolor.
- Haga preguntas sobre los medicamentos que le den, especialmente los medicamentos nuevos.
- ¿Cómo se llama el medicamento?
- ¿Para qué sirve?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios?
- Pregunte a su médico si necesitará medicamentos después de salir del hospital.
- Pregunte cuándo puede reanudar actividades, como trabajo, ejercicio y la intimidad.
- Le quitarán el catéter 6 horas después de la cirugía o en el momento del parto si tiene un parto vaginal.
- Puede usar mangas de aire inflables en la parte inferior de las piernas para minimizar el riesgo de coágulos de sangre después de la cirugía hasta que camine por primera vez.
- Su equipo de atención la ayudará a levantarse y a comenzar a caminar aproximadamente 6 horas después de la cirugía.

© The Joint Commission www.jointcommission.org

Preguntas frecuentes sobre infecciones del sitio quirúrgico

Un parto por cesárea es un procedimiento quirúrgico y conlleva ciertos riesgos, incluida la infección en la incisión. También hay procedimientos que le pueden hacer al dar a luz por vía vaginal. Una episiotomía es cuando el proveedor de atención médica hace una incisión en el tejido perineal para dejar más espacio para el bebé durante el parto. Después del parto, esta incisión de tejido se repara con sutura quirúrgica. A veces, el acto de dar a luz también provocará un desgarro a lo largo del tejido perineal. Cuando esto suceda, su proveedor reparará el desgarro con suturas quirúrgicas. Debido a que la infección también puede ocurrir aquí, la siguiente información la ayudará a prepararse para el cuidado de su incisión y para prevenir que ocurra cualquier infección.

¿Qué es una infección del sitio quirúrgico (SSI)?

Una infección del sitio quirúrgico es una infección que ocurre después de una cirugía en la parte del cuerpo donde se hizo la cirugía. La mayoría de los pacientes que se someten a cirugía no desarrollan una infección. Algunos síntomas frecuentes de una infección del sitio quirúrgico son enrojecimiento y dolor alrededor del área de la incisión o desgarro, drenaje de líquido turbio de la herida quirúrgica y fiebre.

¿Se pueden tratar las SSI?

La mayoría de las infecciones del sitio quirúrgico se pueden tratar con antibióticos. El antibiótico que se le administre depende de las bacterias (gérmenes) que causen la infección.

Ocasionalmente, los pacientes con SSI también necesitan otra cirugía para tratar la infección.

¿Cuáles son algunas de las cosas que hacen los hospitales para prevenir las SSI?

Para prevenir SSI, médicos, enfermeros y otros proveedores de atención médica:

- Se lavan las manos y los brazos hasta los codos con un agente antiséptico justo antes de la cirugía o antes del parto.
- Se lavan las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol para manos antes y después de atender a cada paciente.
- Inmediatamente antes de la cirugía, pueden eliminar con una maquinilla eléctrica parte del pelo que esté en la misma área donde se hará el procedimiento. No deben afeitarla con una rasuradora.
- Usan cubiertas especiales para el pelo, mascarillas, batas y guantes durante la cirugía para mantener limpia el área de la cirugía.
- Le dan antibióticos antes de que comience la cirugía. En la mayoría de los casos, debe recibir antibióticos dentro de los 60 minutos antes de que comience la cirugía, y los antibióticos deben suspenderse dentro de las 24 horas después de la cirugía.
- Limpian la piel en el sitio de su cirugía con un jabón especial que mata los gérmenes.

¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir SSI?

Antes de su cirugía:

- Informe a su médico de otros problemas médicos que pueda tener. Algunos problemas médicos, como alergias, diabetes y obesidad, podrían afectar su cirugía y su tratamiento.
- Deje de fumar. Los pacientes que fuman contraen más infecciones. Hable con su médico sobre cómo puede dejar de fumar antes de la cirugía.
- No se afeite cerca del lugar donde se hará la cirugía. Afeitarse con una navaja puede irritar la piel y facilitar el desarrollo de una infección.

En el momento de su cirugía:

- Hable si alguien intenta afeitarla con una navaja antes de la cirugía. Pregunte por qué necesita afeitarse y hable con su cirujano si tiene alguna preocupación.
- Pregunte si recibirá antibióticos antes de la cirugía.

Después de su cirugía:

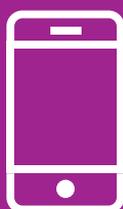
- Asegúrese de que sus proveedores de atención médica se laven las manos antes de examinarla, ya sea con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol para manos. Si no ve a sus proveedores lavarse las manos, pídale que lo hagan.
- Los familiares y amigos que la visiten no deben tocar la herida quirúrgica ni los apósitos.
- Los familiares y amigos deben lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol para manos antes y después de visitarla. Si no los ve lavarse las manos, pídale que lo hagan.

¿Qué debo hacer cuando vuelva a casa del hospital?

- Antes de irse a casa, su médico o su enfermero deben explicarle todo lo que necesita saber sobre el cuidado de su herida. Asegúrese de entender cómo cuidar su herida antes de irse del hospital.
- Siempre lávese las manos antes y después de cuidar su herida.
- Antes de irse a casa, asegúrese de saber a quién contactar si tiene preguntas o problemas después de llegar a casa.
- Si tiene algún síntoma de una infección, como enrojecimiento y dolor en el lugar de la cirugía, secreción o fiebre, llame a su médico de inmediato.

Si tiene más preguntas, consulte a su médico o enfermero.

Sobre su hospital



Directorio de hospitales Ascension con servicios de maternidad

Ascension Seton Medical Center Austin
t 512-324-1000

Ascension Seton Hays
t 512-504-5000

Ascension Seton Williamson
t 512-324-4000

Ascension Seton Northwest Hospital
t 512-324-6000

Ascension Providence Waco
t 254-751-4000

Ascension Seton Medical Center Austin



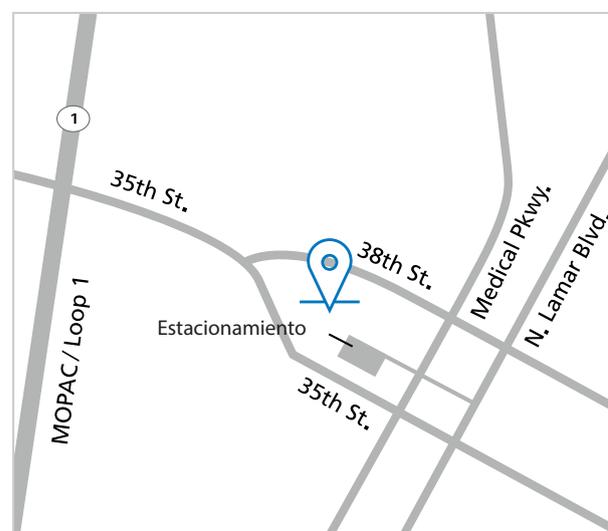
Instrucciones para llegar en auto

Desde IH-35

- Tome la IH-35 hasta la salida 38 1/2 St.
- Tome la calle 38th St. oeste hasta Medical Pkwy. (una cuadra al oeste de North Lamar Blvd.).
- Tome Medical Pkwy. media cuadra hacia el sur hasta la entrada de emergencia/sur.

Desde Mopac/Loop 1

- Tome Mopac hasta la salida de la calle 35th St.
- Tome la calle 35th St. al este (se convierte en la calle 38th St. en Jefferson) hasta Medical Pkwy. (pasará por SMC Austin).
- Tome Medical Pkwy. media cuadra hacia el sur hasta la entrada de emergencia/sur.



Ascension Seton Medical Center Austin

1201 W 38th St • Austin, TX 78705

Estacionamiento

Hay estacionamiento disponible en el estacionamiento sur; estacionamiento con valet limitado disponible en la entrada norte. El estacionamiento está validado para el día de las pruebas de preingreso y el día de la cirugía/procedimiento, para una salida gratis por día. Para el estacionamiento validado, estacione en una de las siguientes áreas:

- El estacionamiento con valet (si está disponible): está frente al hospital y al oeste del Breast Care Center.
- Garaje sur: está detrás del hospital.

Números importantes

La recepción de registro está disponible 24/7:

512-324-1126

Servicios de maternidad:

t 512-324-1126

f 512-324-1788

Registro de pacientes obstétricas:

El registro para pacientes obstétricas que necesitan atención inmediata y aquellos que quieran un registro previo para una atención futura anticipada está disponible las 24 horas del día en el segundo piso, vestíbulo de la Torre Oeste (2W) del hospital.

Servicios de usuarios:

La cafetería está ubicada en la planta baja del hospital.

- **Lunes a viernes:** 6:30 a. m. a 10 a. m.;
11 a. m. a 2 p. m.; 5 p. m. a 7 p. m.
- **Sábado a domingo:** 8 a. m. a 10 a. m.;
11 a. m. a 2 p. m.; 5 p. m. a 7 p. m.

La tienda de regalos está en el vestíbulo norte. Tiene café y refrigerios ligeros.

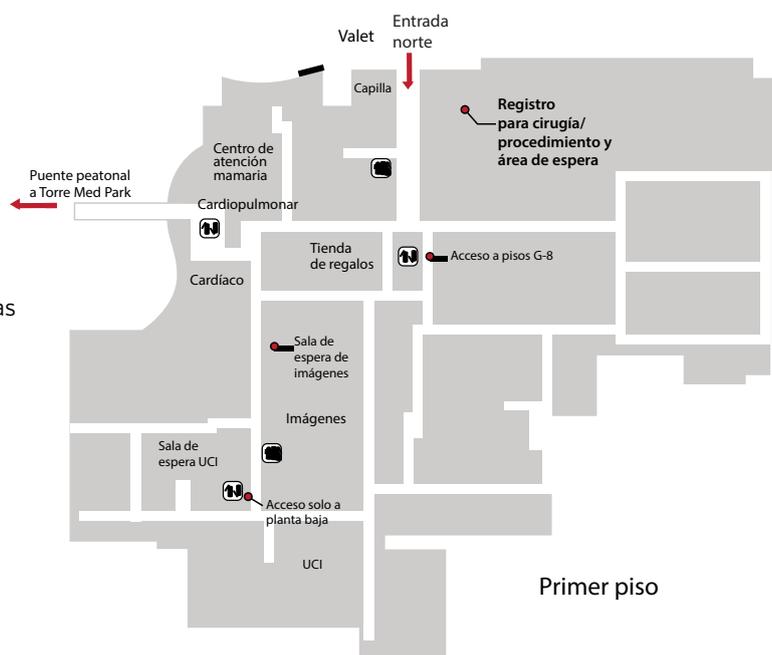
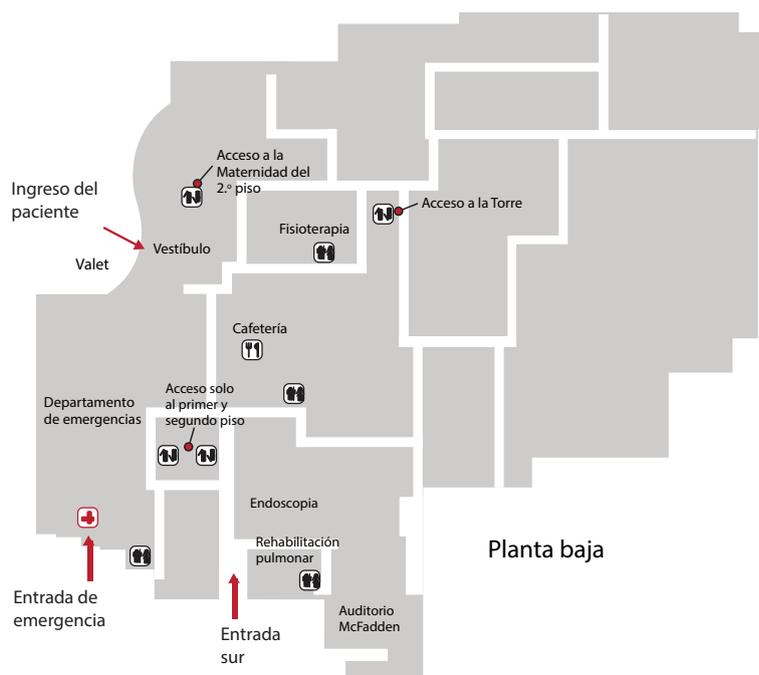
- **Lunes a viernes:** 8 a. m. a 6 p. m.
- **Sábado:** 10 a. m. a 2 p. m.

Servicios de capellán:

512-324-1480

Consejos útiles:

- Apoyo a la lactancia disponible en el lugar los siete días de la semana.
- El registro obstétrico se hace en el segundo piso de la Torre Oeste. Si estaciona en el garaje en la entrada sur, entrará al hospital en la planta baja, pasará por la cafetería hasta el vestíbulo oeste y deberá tomar elevador oeste al segundo piso (siga la señalización hacia la Unidad de Trabajo de Parto y Parto).
- El acceso a la Torre Oeste puede no estar disponible si llega después de las 8 p. m. Entre al hospital por el Departamento de Emergencias.



Sobre Ascension Seton Medical Center Austin

- Designación del nivel de atención materna del estado de Texas: Nivel IV
- Designación de nivel de atención de la NICU del estado de Texas: Nivel III
- Certificado de diez pasos de Texas
- Certificado por imán
- Recursos de medicina maternofoetal en el lugar

Ascension Seton Hays



Instrucciones para llegar en auto

Desde Austin

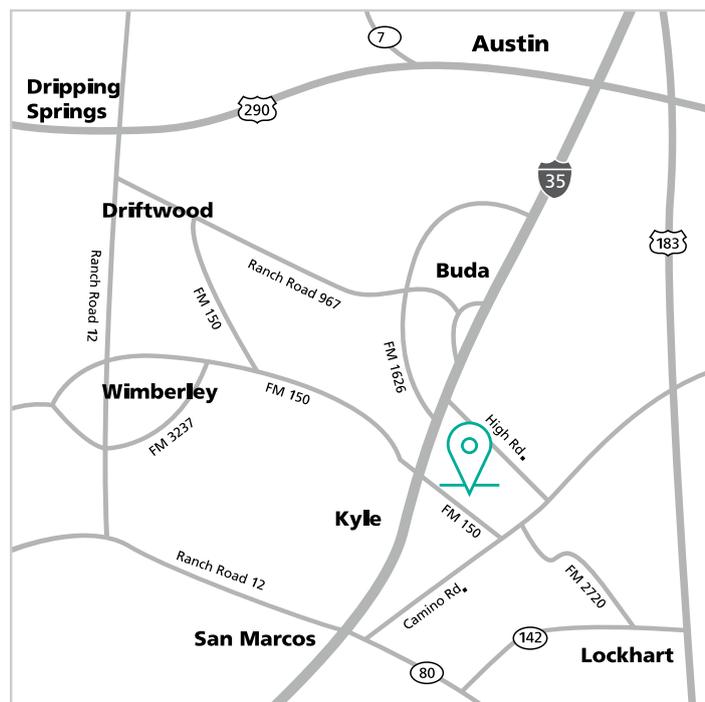
- Tome la IH-35 sur hacia San Marcos.
- Tome la salida 215 hacia FM 1626.
- Gire a la izquierda en FM 1626.
- Al pasar por debajo de la IH-35, FM 1626 se convierte en autovía Kyle.
- Gire a la izquierda en la autovía Seton.

Desde San Marcos

- Tome la IH-35 norte hacia Austin.
- Tome la salida 215 hacia FM 1626.
- Gire a la derecha en la autovía Kyle, luego gire a la izquierda.
- Gire a la derecha en la autovía Seton.

Estacionamiento

Los pacientes y los invitados pueden estacionarse en cualquier lugar del estacionamiento para visitas.



Ascension Seton Hays

6001 Kyle Pkwy • Kyle, TX 78640

Números importantes

Representante de pacientes:

512-504-5051

Registro del sitio:

512-504-5000, ext. 45021. Seleccione la opción N.º 1, luego una vez más opción N.º 1.

Servicios de usuarios:

La cafetería está ubicada en la planta baja del hospital.

Servicios de capellán:

512-504-5130



Ascension Seton Williamson



Instrucciones para llegar en auto

El hospital está aproximadamente a 2 millas al este de la IH-35 y aproximadamente a 3 millas al oeste de Toll Road 130, en la intersección de University Blvd. (FM 1431) y A.W. Grimes Blvd. (FM 1460).

Desde IH-35

- Tome la salida 256, University Blvd. (FM 1431).
- Conduzca hacia el este por University Blvd. a A.W. Grimes (FM 1460).

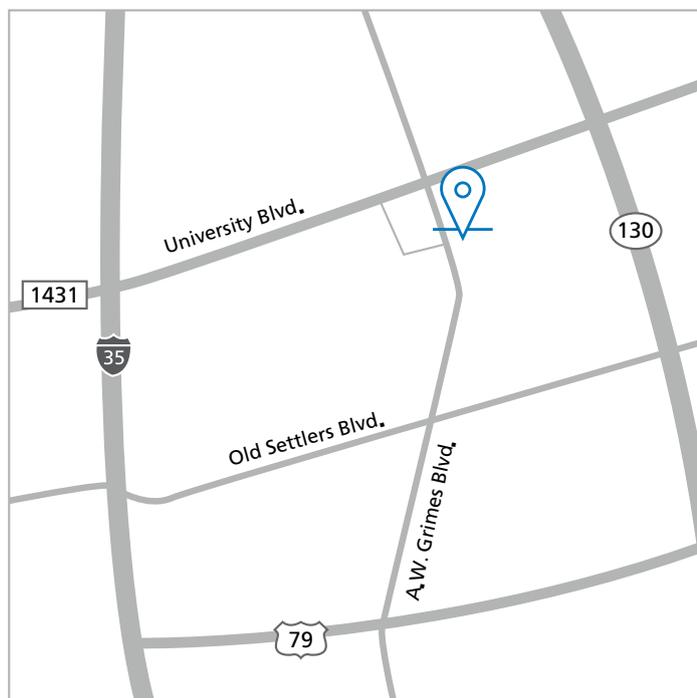
Desde la carretera de peaje 130

- Tome la salida de Chandler Rd./University Blvd. (FM 1431).
- Conduzca hacia el oeste por University Blvd. a A.W. Grimes (FM 1460).
- El hospital está en el lado izquierdo de la intersección.

Estacionamiento

El estacionamiento para visitas está frente a la entrada principal del hospital, frente a A.W. Grimes (FM 1460).

La asistencia en silla de ruedas está disponible a petición suya.



Ascension Seton Williamson

201 Seton Parkway • Round Rock, TX 78665

Números importantes

Departamento de cirugía de día:

512-324-4290, de lunes a viernes,
5:30 a. m. a 5 p. m.

Representante de pacientes:

512-324-4082

Registro del sitio:

512-324-4262

Administración de casos:

512-324-4064

Pruebas de registro y preingreso:

Desde la entrada principal de Seton Medical Center Williamson, el mostrador de información está directamente frente a usted. Si necesita ayuda, alguien estará allí para guiarlo. De lo contrario, vaya directamente al mostrador de registro, a la vuelta de la esquina a su izquierda.

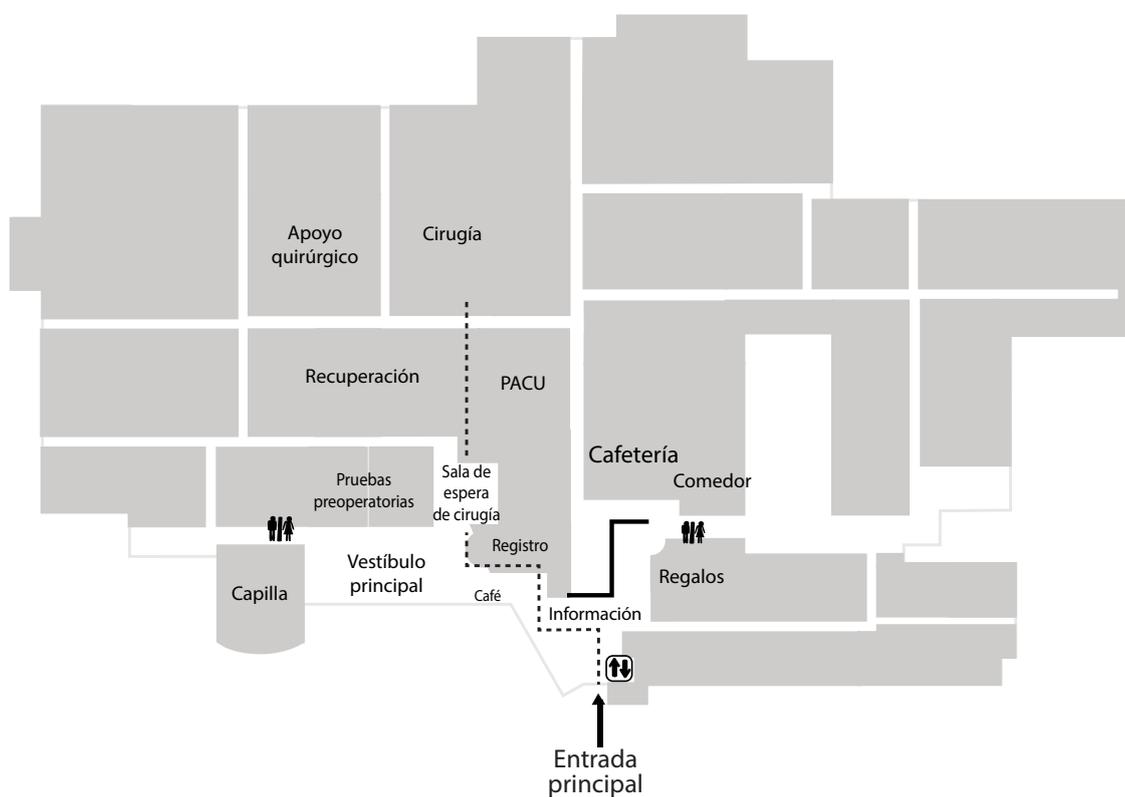
Todos los pacientes que se someten a anestesia general son examinados de 3 a 7 días antes de la cirugía para las pruebas de preingreso. Para citas para pruebas de preingreso o para preguntas antes del día del procedimiento quirúrgico: 512-324-4280.

Servicios de usuarios:

La cafetería está ubicada en el primer piso a la derecha del mostrador de información, a la vuelta de la esquina de la tienda de regalos.

Servicios de capellán:

512-324-4167



Ascension Seton Northwest Hospital



Instrucciones para llegar en auto

Desde Mopac

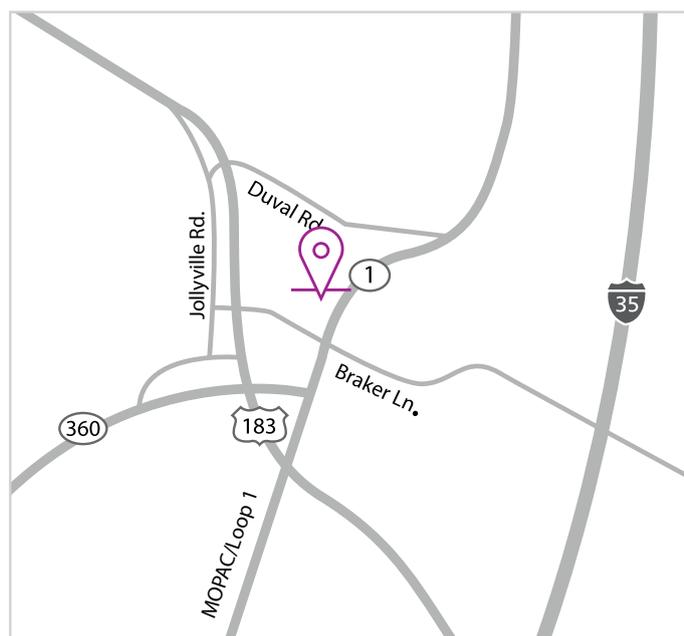
- Tome Mopac/Loop 1 hasta la salida Hwy 183.
- Tome la salida a la Hwy 183 en dirección norte.
- Salga de Braker Lane y pase el semáforo en Braker Lane.
- Gire a la derecha en el estacionamiento del hospital.

Desde IH-35

- Tome la salida 240 hacia US-183 N hacia Research Blvd.
- Tome la salida hacia Braker Lane/Balcones Woods Drive.
- Incorpórese a Research Blvd.
- Gire a la derecha en el estacionamiento del hospital.

Estacionamiento

El estacionamiento para pacientes/visitas está en el lado noreste del hospital frente a la entrada principal. Hay varios lugares reservados para pacientes de maternidad.



Ascension Seton Northwest Hospital

11113 Research Blvd • Austin, TX 78759

Números importantes

Defensor del paciente:

512-324-4082

Registro del sitio:

512-324-6000

Servicios de maternidad:

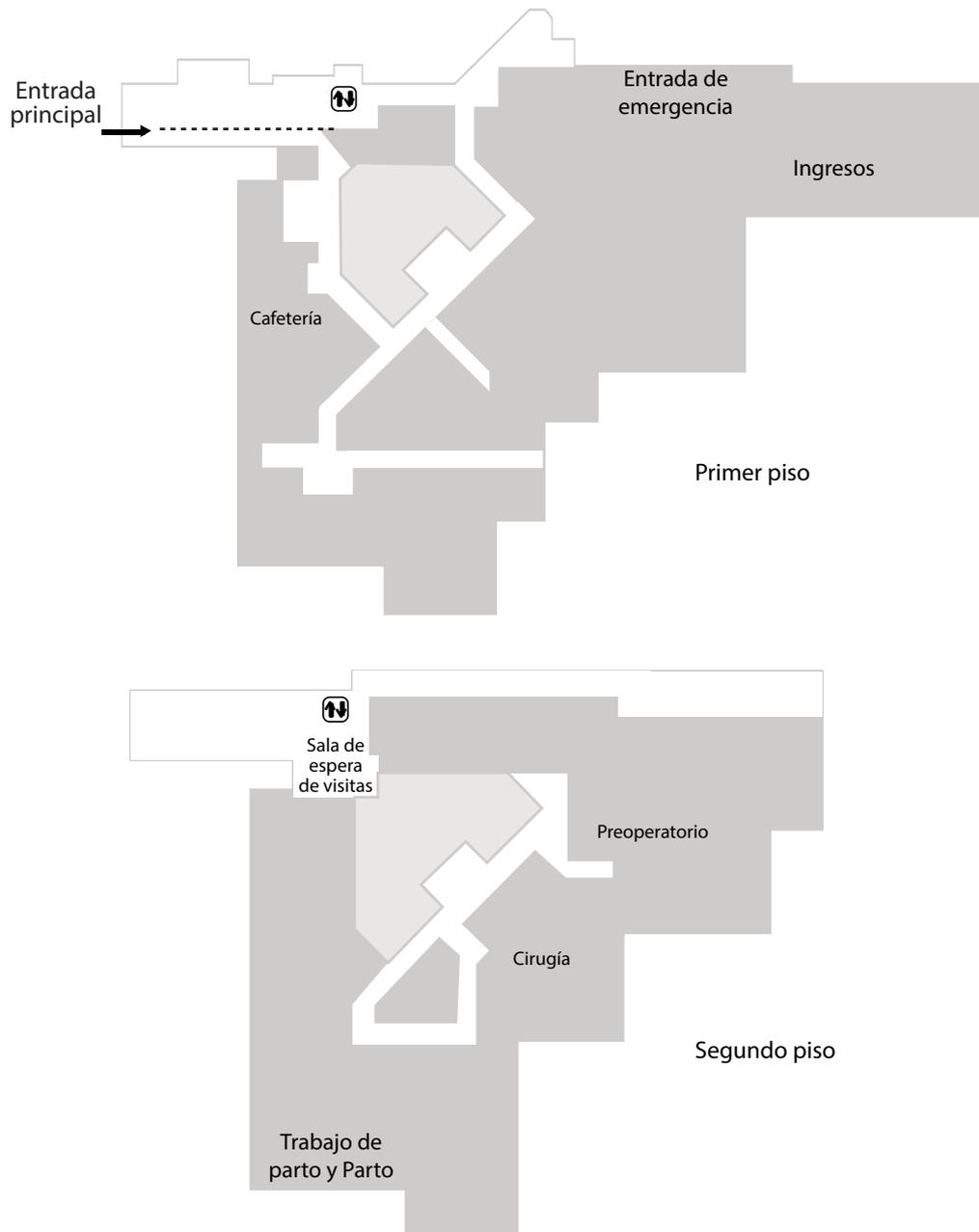
512-324-6027

Servicios de usuarios:

La cafetería está ubicada en el primer piso del hospital. La tienda de regalos está ubicada en el primer piso de Health Plaza. El Coffee Corner está en el primer piso junto a la entrada principal.

Servicios de capellán:

512-324-6480



Ascension Providence Waco



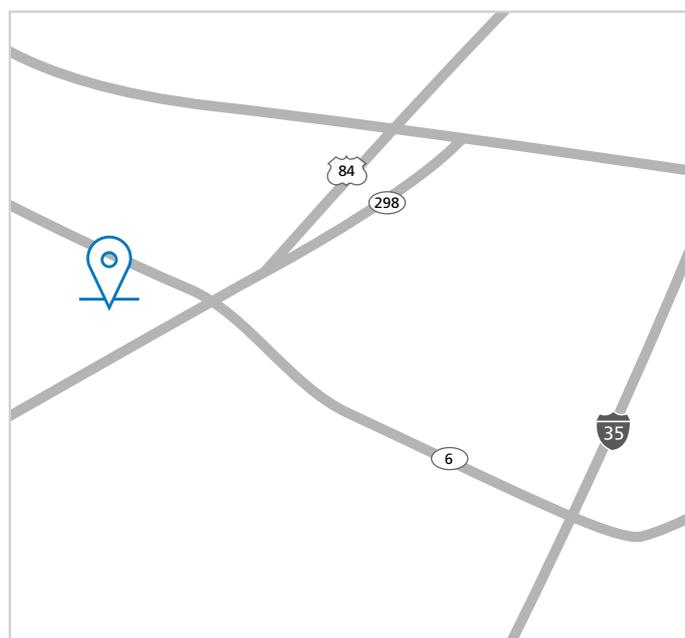
Instrucciones para llegar en auto

Desde IH-35

- Tome la salida de la Hwy 6 y diríjase hacia el oeste.
- Pase Hwy 84.
- Ascension Providence estará a su izquierda.

Estacionamiento

A su llegada, puede estacionar en el estacionamiento para visitas y entrar por nuestra entrada para mujeres y recién nacidos, que está inmediatamente a la izquierda de la entrada principal.



Ascension Providence

6901 Medical Parkway • Waco Texas 76712

Sobre Ascension Providence Waco

- Designación del nivel de atención materna del estado de Texas: Nivel II
- Designación de nivel de atención de la NICU del estado de Texas: Nivel II
- Matices de servicios: Enfermero obstétrico certificado
- Certificado de diez pasos de Texas
- Servicios de especialidad: Apoyo a la lactancia para pacientes hospitalizadas y ambulatorias, alquiler de extractores, alquiler de básculas, servicios de terapia para pacientes hospitalizadas y ambulatorias.

Números importantes

Centro de mujeres y recién nacidos:

254-751-4580

Registro:

254-751-4110

Coordinador de experiencia del paciente:

254-751-4000, ext. 4839

Administración de casos:

254-751-4000, ext. 4730

Servicios de capellán:

254-751-4000, ext. 4166

Registro:

Regístrese previamente para su procedimiento de obstetricia en healthcare.ascension.org/Locations/Texas/TXWAC/Waco-Ascension-Providence/Pre-Registration.

Si necesita registrarse en persona para un procedimiento para pacientes hospitalizados o ambulatorios en Ascension Providence, llame al 254-751-4110 o preséntese en el mostrador de ingresos que está en el vestíbulo principal del Ascension Providence Hospital.

Servicios de usuarios:

Un mostrador de información está justo dentro de la entrada principal para ayudar con cualquier dirección o pregunta.

PLAZA MÉDICA PRIMER PISO

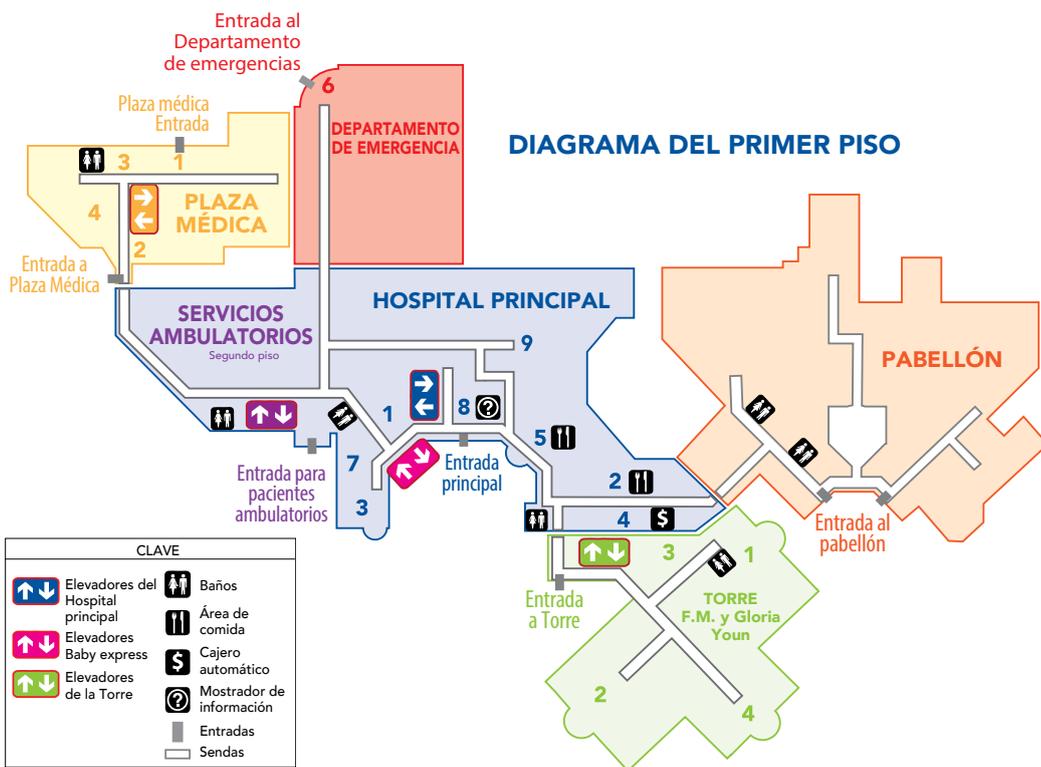
1. Centering Pregnancy
2. Fundación
3. Suites Plaza Médica 100 - 106
4. Centro de resonancia magnética

HOSPITAL PRINCIPAL PRIMER PISO

1. Ingresos
2. Cafetería (InProv Café)
3. Servicios de capilla y capellán
4. Aulas 1 a 4
5. Tienda de café y especialidades (ToGo's)
6. Departamento de Emergencias
7. Tienda de regalos
8. Mesa de información
9. Compras

TORRE PRIMER PISO

1. Centro de rehabilitación cardiopulmonar
2. Cardiología
 - Clínica de insuficiencia cardíaca congestiva (CHF)
 - Electrocardiogramas (EKG)
 - Clínica de lípidos
 - Cardiología nuclear
 - Clínica de marcapasos
 - Clínica Protime
3. Aulas 5 a 7
4. Departamento de investigación



GUÍA DE REFERENCIA DE LOS ELEVADORES DEL SEGUNDO A QUINTO PISO

HOSPITAL PRINCIPAL SEGUNDO PISO
Sala de cirugía/espera

TERCER PISO
Habitaciones de pacientes
301 a 330 (3 Sur)
331 a 360 (3 Norte)

CUARTO PISO
Habitaciones de pacientes
401 a 430 (4 Sur)
431 a 460 (4 Norte)

TORRE SEGUNDO PISO
Unidad de cuidados intensivos/intermedios

TERCER PISO
Habitaciones de pacientes
361 a 390 (3 Este)

CUARTO PISO
Habitaciones de pacientes
461 a 490 (4 Este)

BABY EXPRESS QUINTO PISO
Centro de mujeres y recién nacidos
Posparto/GINECOLOGÍA (5 Sur)
Habitaciones para pacientes 501 a 518
Trabajo de parto y parto (5 Norte)
Habitaciones para pacientes 531 a 539

Preinscripción para recibir servicios de maternidad

Oficina de obstetra u obstetricia/ginecología: _____ Fecha de entrega: _____

Médico de atención primaria: _____ Pediatra seleccionado: _____

Elección de hospital: _____ Inicio de la condición/último período menstrual: _____

Información de la paciente (futura madre)

Apellido _____ Nombre _____ Inicial del segundo nombre _____

Apellido de soltera _____ Fecha de nacimiento _____ Estado civil _____

Número de seguro social _____ Raza _____ Origen étnico _____

Ciudadana americana Sí No Mientras está en el hospital, ¿quiere que la visite el clero? Sí No

Idioma principal _____ Religión _____ Afiliación _____

Dirección _____

Ciudad _____ Condado _____ Estado _____ Código postal _____

Tel. (casa) _____ Tel. (trabajo) _____ Tel. (celular) _____

Ocupación _____ Email _____

Empleador _____ Estado: JC (jornada completa) MJ (media jornada) Desempleado Autónomo

Dirección del empleador _____

Ciudad _____ Condado _____ Estado _____ Código postal _____

¿Tiene un testamento vital o una carta de poder médico? Sí No Donante de órganos Sí No

Pariente más cercano/contacto de emergencia (Que no sea su cónyuge ni el padre del bebé)

Apellido _____ Nombre _____ Inicial del segundo nombre _____

Dirección _____

Ciudad _____ Condado _____ Estado _____ Código postal _____

Tel. (casa) _____ Tel. (trabajo) _____ Tel. (celular) _____

Relación con la paciente _____

Información del cónyuge Padre del bebé si no está casada (Marque una opción con un círculo)

Apellido _____ Nombre _____ Inicial del segundo nombre _____

Fecha de nacimiento _____ Número de seguro social _____ Raza _____

Dirección _____

Ciudad _____ Condado _____ Estado _____ Código postal _____

Tel. (casa) _____ Tel. (trabajo) _____ Tel. (celular) _____

Ocupación _____ Ciudadano americano Sí No

Empleador _____ Estado: JC (jornada completa) MJ (media jornada) Desempleado Autónomo

Dirección del empleador _____

Ciudad _____ Condado _____ Estado _____ Código postal _____

Preinscripción para recibir servicios de maternidad

Información sobre el seguro

La cobertura para recién nacidos y niños recién adoptados comienza en la fecha de nacimiento. Muchos planes médicos solo le dan 30 días para agregar al recién nacido a su plan médico. Para asegurarnos de que usted y su bebé estén cubiertos mientras estén en Seton, debemos solicitar información sobre el seguro para usted y su bebé.

Primario (esta suele ser la cobertura de la madre)

Nombre del titular de la póliza principal _____

Nombre de la compañía de seguro _____ N.º de teléfono _____

ID de póliza o ID de miembro _____ Grupo N.º _____

Dirección de reclamos _____

Ciudad _____ Estado _____ Código postal _____

¿Se agregará al niño al mismo plan de seguro médico en el que está inscrita la madre? Sí No

En caso negativo, complete la información de abajo:

Nombre del titular de la póliza del niño _____

Nombre de la compañía de seguro _____ N.º de teléfono _____

ID de póliza o ID de miembro _____ Grupo N.º _____

Dirección de reclamos _____

Ciudad _____ Estado _____ Código postal _____

Secundario (esta suele ser la cobertura del padre si la madre es la principal)

Nombre del titular de la póliza principal _____

Nombre de la compañía de seguro _____ N.º de teléfono _____

ID de póliza o ID de miembro _____ Grupo N.º _____

Dirección de reclamos _____

Ciudad _____ Estado _____ Código postal _____



Lista de verificación para el embarazo

Puede prepararse para su hospitalización y el nacimiento de su bebé de muchas maneras diferentes. El uso de la siguiente lista de verificación puede ayudarla a sentirse más preparada.

Durante su tercer o cuarto mes de embarazo

- Preinscríbase para su parto en el hospital.
- Regístrese para las clases sobre el parto y el cuidado del bebé.
- Regístrese para un tour virtual del hospital.
- Si planea regresar al trabajo o la escuela, comience su búsqueda de cuidado de niños.
- Empiece a buscar un pediatra o una clínica para su bebé.

Durante su quinto a sexto mes de embarazo

- Tome una decisión sobre la circuncisión si va a tener un niño.
- Elija un asiento para auto y aprenda a usarlo de manera segura.
- Conozca las opciones para el manejo del dolor durante el trabajo de parto.
- Regístrese para una clase de lactancia.
- Comuníquese con su compañía de seguros para ver las opciones de un extractor de leche.
- Cree un espacio seguro para dormir para su bebé.
- Finalice su elección del médico o la clínica de su bebé.

Al menos un mes antes de la fecha de parto

- Prepare un bolso para mamá.
- Prepare un bolso para el bebé.
- Asegure bien el asiento para auto en su automóvil.
- Asegúrese de que el consultorio del médico de su bebé sepa sobre su elección de médico para su bebé.

Nos tomamos el tiempo necesario para entender sus preferencias. Podemos darles la atención adecuada a usted y a su bebé.



Qué llevar en su bolso de maternidad

Para usted

Artículos generales

- Identificación con foto
- Tarjeta de seguro médico
- Cinta para el pelo/bandana
- Bálsamo labial
- Anteojos/lentes de contacto/solución limpiadora
- Bloc de notas/bolígrafo
- Cámara de video/tarjeta de memoria/cargador
- Lista de "a quién llamar"
- Sujetador de lactancia
- Ropa cómoda para ponerse en casa

Artículos de tocador

- Cepillo de dientes/pasta de dientes
- Shampoo/acondicionador
- Cepillo para el pelo/peine
- Desodorante
- Limpiador de cara
- Loción

Opcional

- Plan de nacimiento (2 copias)
- Kit para banco de sangre del cordón umbilical
- Almohadas
- Música para la sala de partos
- Caramelos duros
- Pantuflas
- Secador de pelo
- Cambio para máquina expendedora
- Extractor de leche personal si se necesita ayuda para su uso

Dado por el hospital

- Medicamentos, incluso para el control del dolor
- Batas de paciente
- Sacaleches para usar en el hospital
- Calcetines antideslizantes
- Pelota de trabajo de parto
- Jarra de agua
- Ropa interior de malla

- Refrigerios y jugos ligeros
- Toallas femeninas
- Comidas para pacientes
- Crema para pezones
- Toallas

Para su bebé

Artículos para bebé

- Manta de recién nacido
- Manta durante la temporada de frío
- Ropa para el viaje a casa
- Asiento para auto
- Libro del bebé para colocar las huellas

Dado por el hospital

- Medicación
- Gorro de recién nacido
- Pañales/toallitas húmedas
- Camisetas y mantas para usar en el hospital
- Cuna/moisés



Ascension