



*Todo sobre la estadía del bebé en el hospital*

# **Guía del acompañante del Cuidador**

Cómo la experiencia de la UCIN impacta a los hermanos  
mayores y cómo puede usted ayudar

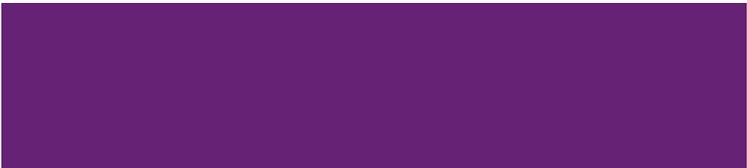


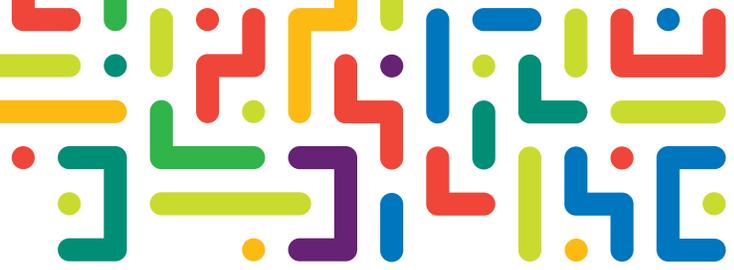
**CHRISTUS<sup>®</sup>  
GOOD SHEPHERD**  
Health System



# Índice

<b>1. Introducción.....</b>	<b>Pág. 3</b>
<b>2. Consejos rápidos.....</b>	<b>Pág. 4</b>
<b>3. La experiencia de los hermanos.....</b>	<b>Pág. 5</b>
<b>4. ¿Cómo puede usted ayudar?.....</b>	<b>Pág. 7</b>
<b>5. Sobre la actividad de hermanos.....</b>	<b>Pág. 8</b>
<b>6. Cómo proporcionar apoyo de actividades...</b>	<b>Pág. 9</b>
<b>7. Preguntas y notas.....</b>	<b>Pág. 13</b>

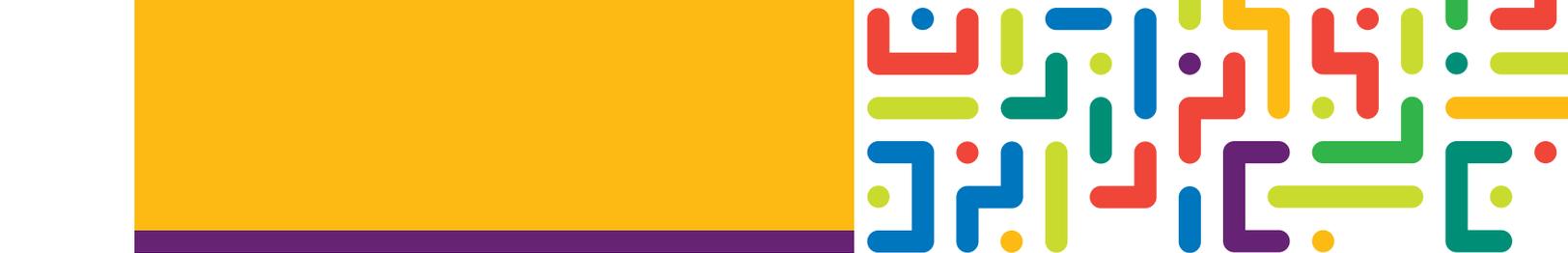




*“La hospitalización de un niño conduce a cambios para toda la familia...”*

Traer un nuevo bebé a una familia es una gran transición para cada miembro de la familia. Cuando un bebé nace muy temprano o está enfermo y debe permanecer en la UCIN, la transición se hace aún más difícil. Los cuidadores a menudo están hipercentrados en el bienestar del nuevo bebé y pasan mucho tiempo en la UCIN. Aunque esto está absolutamente justificado, puede llevar a los hermanos a quedar fuera de la experiencia de la UCIN. Esta exclusión puede aumentar el estrés de los hermanos y generar una amplia gama de emociones y cambios en el comportamiento.

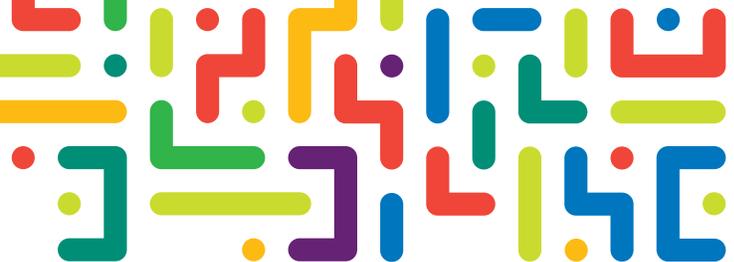
Afortunadamente, su hijo lo tiene a usted para guiarlo a través de este momento estresante. Puede proporcionarles la información y el apoyo necesarios para hacer frente positivamente a tener un nuevo bebé en la UCIN. Esta guía y la guía de actividades para hermanos adjunta lo ayudarán a hacer exactamente eso.



# 7 *Consejos rápidos*

Para apoyar a los hermanos a través de la experiencia de la UCIN

1. Anime a los hermanos a expresar sus emociones.
2. Asegúreles a los hermanos que de ninguna manera son responsables de que el bebé esté en el hospital.
3. Espere cambios en el comportamiento y reconozca que la situación es probablemente la razón detrás del comportamiento.
4. Mantenga tanto las rutinas diarias como en el hogar lo más que pueda.
5. Involucre a los hermanos en la experiencia de la UCIN.
6. Consulte a menudo con los hermanos para abordar sus emociones, preocupaciones y preguntas.
7. Pase tiempo de calidad a solas con los hermanos.



# *La experiencia de* **los hermanos**

## **Expectativa vs realidad**

La idea de dar la bienvenida a un nuevo bebé es emocionante para muchos niños. Están ansiosos por conocer al bebé y asumir deberes de hermanos mayores cuando nace el bebé. Sin embargo, las expectativas que tienen los hermanos sobre el papel que desempeñarán cuando llegue el bebé, a menudo es muy diferente de la realidad que experimentan si su hermano pequeño o hermana debe permanecer en la UCIN.

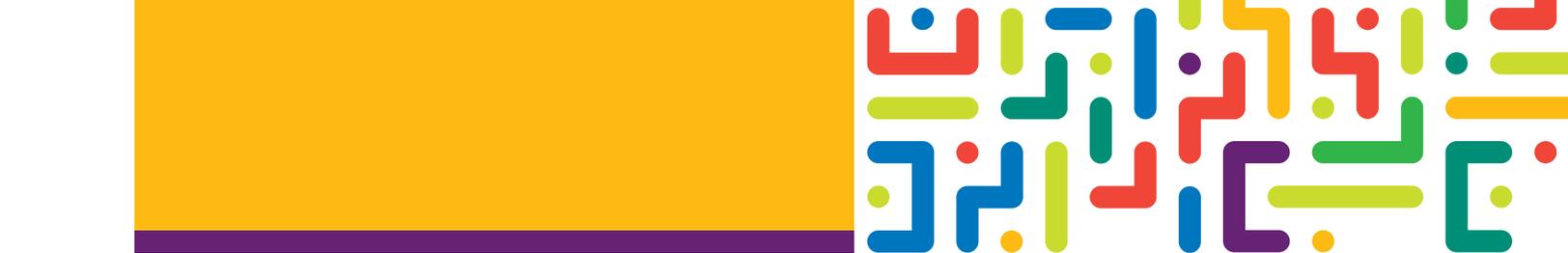
A continuación, se muestra un cuadro que compara las expectativas de los hermanos con su realidad cuando el bebé debe permanecer en la UCIN.

### **Expectativa de hermano**

- 1.** Capaz de ver y sostener al bebé poco después de nacido.
- 2.** Pase tiempo con toda la familia en a casa después de que llegue el bebé.
- 3.** La rutina diaria solo se interrumpe por pocos días hasta que el bebé y familia van a casa.
- 4.** Cumplir deberes entre hermanos, como leer al bebé, recoger suministros de pañales, y mostrarle al bebé la casa.

### **Realidad de hermano**

- 1.** Probablemente incapaz de sostener al bebé. Puede que no sea capaz de ver al bebé.
- 2.** Pasa mucho tiempo sin el bebé y los cuidadores.
- 3.** Rutina diaria potencialmente interrumpida por un largo período de tiempo.
- 4.** A menudo no tiene contacto con el bebé con poca explicación del por qué.



# Emociones de los hermanos

La investigación muestra que los hermanos de bebés de la UCIN ha menudo experimentan una amplia variedad de emociones a lo largo de la experiencia UCIN. A continuación, se detallan algunas de las emociones que puede enfrentar su hijo.

- Tristeza
- Confusión
- Ira
- Abandono
- Temor
- Emoción
- Preocupación
- Nerviosismo
- Impaciencia
- Culpa
- Soledad
- Celos

# Reacciones de los hermanos

La forma en que los hermanos responden cuando el bebé está en la UCIN puede variar. Las respuestas entre hermanos a menudo dependen de su edad y de su capacidad para comprender lo que sucede a su alrededor. A continuación, se muestran las respuestas de comportamiento comunes que pueden mostrar los hermanos.

- Volverse callado y retirado
- Puede comenzar a chuparse el dedo o retroceder a comportamientos "de bebé"
- Tiene problemas para comer o dormir
- Regreso al entrenamiento para ir al baño o tener accidentes nocturnos
- Problemas en la escuela
- Ser pegajoso y querer su exclusiva atención
- Actuar para llamar la atención
- Ser agresivo y enojarse más a menudo



# ¿Cómo puede **usted** ayudar?

1

## Fomente la expresión emocional

Deje en claro que la expresión emocional no solo es aceptable, sino que se alienta. Verbalice y modele la expresión emocional. Sea un apoyo genuino para los hermanos cuando necesiten expresar emociones.

2

## Asegúreles a los hermanos

Asegúreles a los hermanos que no hicieron que el bebé sea hospitalizado. Los niños pequeños a menudo creen que de alguna manera son responsables de la enfermedad de sus hermanos. Trate de explicar la causa de la enfermedad de una manera apropiada para el desarrollo.

3

## Espere cambios en el comportamiento

Tenga en cuenta que se esperan cambios de comportamiento en los hermanos y es probable que sean el resultado de que intenten controlar sus pensamientos y sentimientos relacionados con la situación. Deben abordarse los cambios de comportamiento, pero es importante reconocer la conexión entre estos cambios y la experiencia de la UCIN y reaccionar adecuadamente.

4

## Mantenga la rutina

Trate de mantener la rutina doméstica tanto como sea posible. Recuerde, cuanto más cambian las vidas de los hermanos, más incómodos e inseguros se sienten.

5

## Involucre a los hermanos

Permita que los hermanos experimenten y tengan un papel en la experiencia médica del bebé. Si es posible, permita que el hermano visite al bebé. También pueden participar en la experiencia de la UCIN utilizando las actividades de la guía para hermanos.

6

## Esté al pendiente

Consulte regularmente con los hermanos para ver cómo se las están arreglando. Use este tiempo para responder cualquier pregunta que tenga el hermano o para proporcionar actualizaciones médicas. Recuerde que cualquier información compartida debe ser honesta, simple y apropiada para el desarrollo.

7

## Tiempo de calidad

Reserve tiempo para brindarles a los hermanos toda su atención. Esto le brinda la oportunidad de pasar tiempo de calidad con ellos, lo que ayuda a disminuir las emociones y los comportamientos negativos. Esto también les muestra que todavía son valorados y atendidos.

# *Sobre la* **guía de actividades de los hermanos**

La guía de actividades para hermanos fue creada para darles a los hermanos el espacio para expresarse creativamente, aprender sobre la UCIN en términos que puedan entender y alentar su participación en la experiencia de la UCIN.

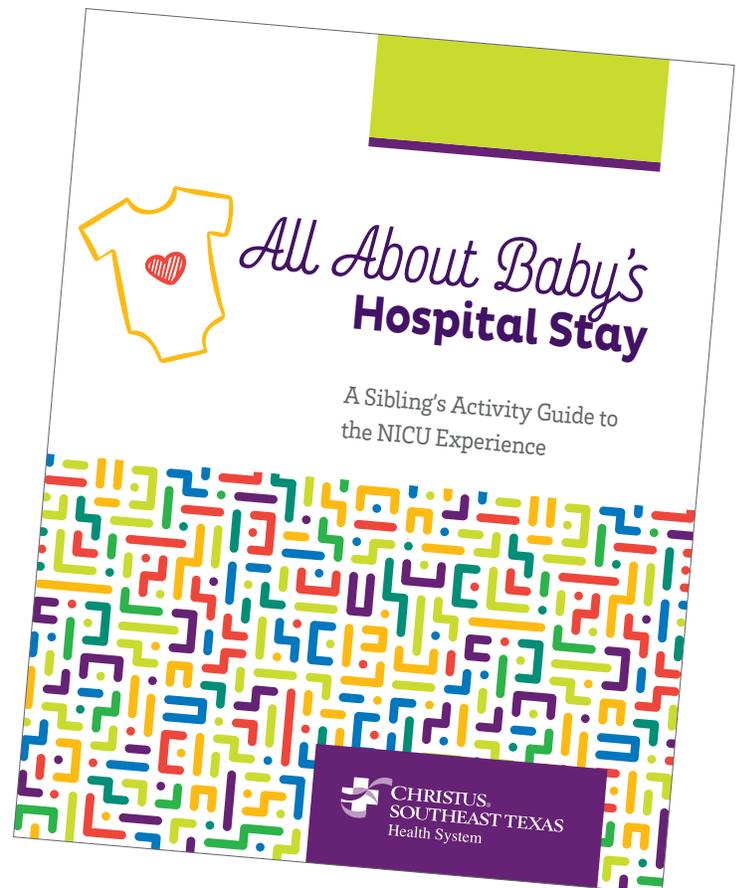
## **Cómo usar la guía**

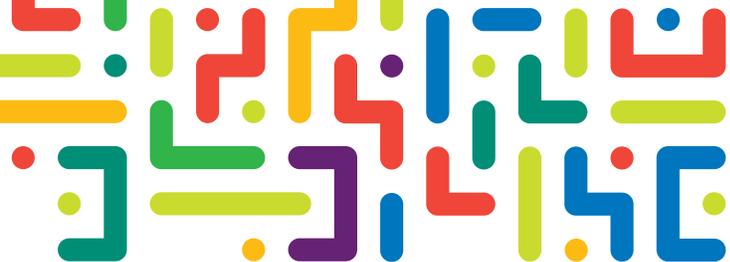
Deje que su hijo tome la iniciativa.

Ofrezca orientación y apoyo a menudo.

Aprenda de las actividades que su niño completa.

Discuta actividades y la expresión/inexpresión relacionada.





# *Proporcione apoyo* **de actividades**

Consejos para aprovechar al máximo la Guía para hermanos

## 1. Todo sobre mí

**Propósito:** permitir que los hermanos se entusiasmen con su papel nuevo o continuo en la familia. Este es un espacio para que se presenten ellos mismos y la familia al bebé.

**Lo que puede hacer:** recuerde a los hermanos que a pesar de que el bebé se queda en la UCIN, siguen siendo un hermano o hermana mayor y tienen un papel importante.



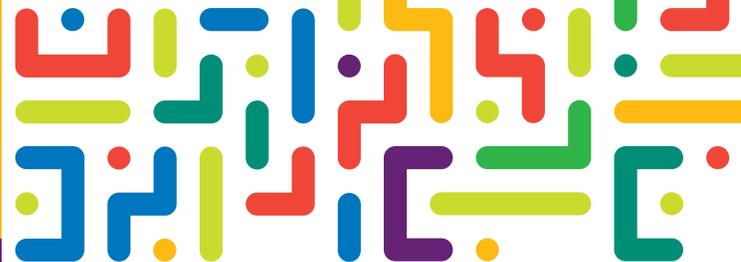
### **Certificado de Hermana/Hermano Mayor**

Ayude a su hijo a completar y recortar el certificado correspondiente. Explique la importancia del certificado y reconozca su función nueva o continua.

## 2. Todo sobre la UCIN

**Propósito:** presente a los hermanos los términos y equipos básicos de la UCIN, explique cómo es el entorno de la UCIN y prepárelos para ver al bebé.

**Lo que puede hacer:** se necesita su apoyo en esta sección. Ayude a explicar los términos y conceptos en esta sección a un nivel que su hijo pueda entender. Responda cualquier pregunta que tenga su hijo usando un lenguaje simple y honesto. Revise esta información con su hijo cada vez que se esté preparando para ver al bebé en la UCIN. Esto aliviará los temores y dará confianza a los niños al entrar en la situación.



**What QUESTIONS do you have?**

Write questions you might have about the NICU here.

-----

-----

-----

-----

-----

If you would like, share these questions with your caregiver or baby's nurse.

18

### Preguntas

Su hijo puede usar este espacio para escribir preguntas que está nervioso de hacer verbalmente. Busque aquí orientación cuando discuta la experiencia de la UCIN con su hijo. Para los niños más pequeños, esto sirve como un gran recordatorio para que les pregunte si tienen alguna pregunta.

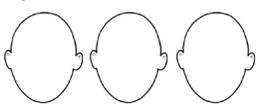
## 3. Todo sobre involucrarse

**Propósito:** aliente a los hermanos a involucrarse, incluso si no pueden estar físicamente presentes en la UCIN.

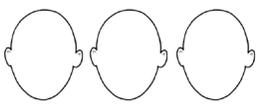
**Lo que puede hacer:** aliente a los hermanos a completar las actividades y apoyarlos en su creatividad.

**Who is taking care of BABY?**

Keep track here.



Name: \_\_\_\_\_ Name: \_\_\_\_\_ Name: \_\_\_\_\_  
Job: \_\_\_\_\_ Job: \_\_\_\_\_ Job: \_\_\_\_\_



Name: \_\_\_\_\_ Name: \_\_\_\_\_ Name: \_\_\_\_\_  
Job: \_\_\_\_\_ Job: \_\_\_\_\_ Job: \_\_\_\_\_

20

### ¿Quién cuida al bebé?

Mantenga a su hijo actualizado sobre quién cuida al bebé. Esto ayudará a eliminar parte de la confusión y la vaguedad sobre la UCIN. También le hará saber a su hijo que hay muchas personas que trabajan duro para que su bebé sea más fuerte y saludable.

**BABY'S Progress**

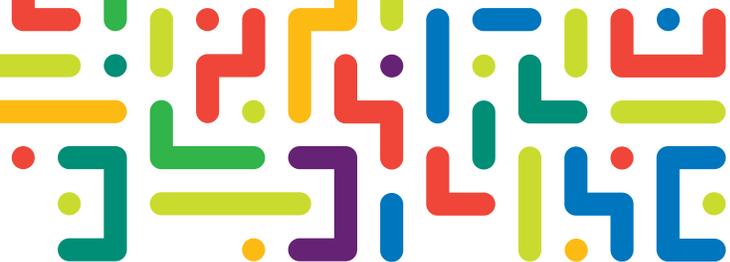
Ask your caregiver for updates on baby and keep track of them here.

24

### El progreso del bebé

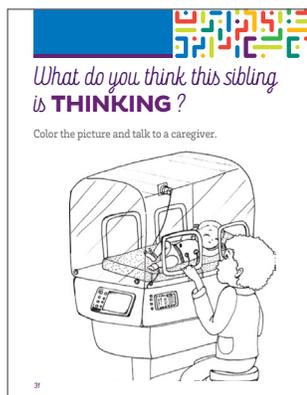
Hágale saber a su hijo cuándo el bebé logra algo en la UCIN. Esto los mantendrá informados y les permitirá celebrar los hitos del bebé. El progreso informado puede ser pequeñas victorias o grandes triunfos. Cualquier actualización hará feliz a su hijo.



## 4. Todo sobre mis sentimientos

**Propósito:** aliente a los hermanos a participar en la exploración y expresión emocional durante la experiencia de la UCIN.

**Lo que puede hacer:** trabaje de cerca con su hijo en estas actividades. Es posible que ni siquiera se den cuenta de cuánto les está afectando la situación, y es probable que necesiten hablar sobre lo que están experimentando.



### ¿En qué está pensando?

Esta actividad es simple, pero puede ser impactante. Converse con su hijo sobre lo que el hermano mayor en la imagen podría estar pensando o pasando. Esto probablemente le dará una buena idea de lo que su hijo está experimentando.



### Libreta de cupones

Ayude a su hijo a recortar los cupones. Haga su mejor esfuerzo para aceptar y honrar los cupones a medida que su hijo los cobre. Cada cupón sugiere una gran idea para pasar tiempo de calidad, uno a uno, con su hijo que los hará sentir especiales y amados.











All About Baby's Hospital Stay™ 2018

Lauren Brooks

lauren.brooks172@gmail.com

Universidad de Georgia

Departamento de Desarrollo Humano  
y Ciencias de la familia

CHRISTUS Good Shepherd Health System complies with applicable Federal civil rights law and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn.



CHRISTUS®  
GOOD SHEPHERD  
Health System