

# Temas importantes que se deben discutir antes del alta

Para asegurarse de que la familia está preparada para volver a casa, los padres y los profesionales sanitarios deben ponerse de acuerdo antes del alta.

## Los puntos que se suelen considerar son:

- Conocimiento sobre cómo sostener, colocar y/o posicionar al bebé con seguridad en las actividades de la vida diaria.
- Instrucciones sobre posturas que favorecen el desarrollo del bebé
- La nutrición del bebé
  - La alimentación del bebé, cuánta cantidad y con qué frecuencia
  - Apoyo e información sobre la lactancia materna
  - Cómo utilizar y esterilizar los dispositivos de extracción de leche materna, si procede
  - Preparar las tomas y esterilizar los biberones, si procede
  - Tipos de leche
  - Aprender a preparar leche fortificada si es necesario
  - El agarre de pecho espontáneo o dirigido por el bebé

# Temas importantes que se deben discutir antes del alta

- Vitaminas
- Higiene
  - Cómo bañar al bebé
  - Instrucciones sobre el cambio de pañales, el cuidado de la piel y los cuidados generales del recién nacido
  - Medidas adecuadas de higiene doméstica, como la limpieza y lavado de manos
- Dormir
  - Posiciones para dormir cómodas y seguras para el bebé
  - Información sobre el síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL) y su prevención
  - “Alojarte” en una habitación de hospital con tu bebé en una cuna al lado de tu cama.
- Vigilancia y control de la temperatura corporal del bebé
- Entender los hitos típicos del desarrollo
- Información sobre los planes de seguimiento y la primera visita de seguimiento
- Tomar contacto con un profesional sanitario para las visitas a domicilio, conocerle y concertar la primera visita

# Temas importantes que se deben discutir antes del alta

- Cómo dar la medicación, incluyendo qué dosis, cuántas veces al día, efectos secundarios y qué hacer si se te pasa una dosis
- Cómo utilizar dispositivos médicos como un monitor de apnea u oxígeno, si procede
- Saber a quién dirigirse en caso de problemas de salud, irregularidades o preocupaciones
- Contactos y números de teléfono de emergencia importantes
- Conocimientos de reanimación o primeros auxilios básicos
- Permiso o baja por paternidad
- Cuidados específicos del bebé
  - Cómo calmar o consolar al bebé
  - La interacción con tu bebé
  - Cuándo estará listo tu bebé para salir a la calle
  - Cómo transportar de manera segura a tu bebé
  - Actividades con el bebé
  - Leer a tu bebé
- Mascotas