



## Lista de verificación para el alta

*Prepararse para llevar a su bebé a casa*

### Planifique las consultas de atención médica de su bebé

- Elija al proveedor de atención primaria (PCP) para su bebé (ver folleto “Elegir un proveedor de atención médica para su bebé”). Asegúrese de que el PCP acepte el seguro de salud de su bebé.

Nombre del PCP:

\_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



*Elija un proveedor de atención primaria para su bebé al menos 2 semanas antes de que su bebé deje el hospital.*

- Llame al PCP de su bebé 3 a 5 días antes del alta de la Unidad de Cuidado Intensivo Neonatal (NICU por sus siglas en inglés) para coordinar su primera consulta. Esta visita debería ser 1 o 2 días después del alta.

Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

- Si fuera necesario, una visita a la Clínica de control del desarrollo infantil (Infant Development Follow-up Clinic) en el Centro de desarrollo humano y discapacidad (Center on Human Development and Disability, CHDD) de UW:

Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

- Ver “Otras consultas de atención a la salud” en la página 56.

### Evaluaciones

Estos exámenes se realizan durante la estadía en el hospital de su bebé, antes de darle el alta:

- Evaluación de audición: Fecha: \_\_\_\_\_

Resultados: \_\_\_\_\_

- Evaluación ocular (retinopatía del prematuro), si fuera necesario:

Fecha: \_\_\_\_\_

Resultados: \_\_\_\_\_



*“El día que pude traer a Austin a casa estaba contenta y asustada. Pero el personal de la NICU me preparó muy bien para llevarlo a casa”.*

*-- La mamá de Austin*

## Instrucciones de alimentación y alimentos seguros para el hogar

(Ver folletos “Amamantar a su bebé prematuro en el hogar” y “Alimentar con biberón a su bebé prematuro en el hogar”.)

- Tipo de leche \_\_\_\_\_
- Receta para la leche \_\_\_\_\_
- Practicar mezclar la leche con la enfermera \_\_\_\_\_
- Cuánto necesita su bebé (dependiendo del peso de su bebé el día del alta):
  - Cada vez que lo alimente \_\_\_\_\_
  - Cada 24 horas \_\_\_\_\_
- Con qué frecuencia alimentar \_\_\_\_\_
- Cómo saber si el bebé está recibiendo la leche suficiente \_\_\_\_\_
- Sepa a quién llamar si su bebé tiene problemas para alimentar \_\_\_\_\_
- Cómo almacenar la leche \_\_\_\_\_
- Cómo congelar la leche \_\_\_\_\_

### Lactancia materna

Reúnase con un especialista en lactancia antes del alta para hablar de:

- Planes y objetivos para la lactancia materna o para la extracción de leche: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Cómo lograr el amamantamiento y qué esperar: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Qué hacer con la bomba para la extracción de leche alquilada después del alta (devolverla o alquilarla más tiempo):  
\_\_\_\_\_
- Hacer los arreglos para tener una balanza para lactancia materna, si fuera necesario:  
\_\_\_\_\_
- Obtener una hoja de registros de extracción/alimentación

Después del alta, si tiene preguntas acerca de la lactancia o desea programar una cita con el especialista en lactancia en UWMC, llame al 206.598.4628.

## Vacunas

(Vea su paquete para el itinerario de vacunas del Centro de Control de enfermedades y folletos educativos acerca de las vacunas.)

Use esta tabla para controlar cuándo debe recibir las vacunas su bebé. También lleve un registro de cuándo leyó el folleto o el volante acerca de las vacunas y de cuándo firmó el formulario de consentimiento.

Nombre	Usualmente administrada	Fechas de administración
<b>Hepatitis B</b>	Al alta o a los 2 meses	
<b>Dtap (difteria, tétanos, tos ferina), Hep B (hepatitis B), Polio</b>	A los 2 meses	
<b>Neumocócica</b>	A los 2 meses	
<b>Haemophilus B</b>	A los 2 meses	
<b>Synagis</b>	Solo se administra a algunos pacientes (estacional)	

- Recibir la tarjeta/registros de vacunas de UWMC

## Medicamentos y vitaminas

Use esta tabla para controlar los medicamentos y vitaminas de su bebé. Incluya el nombre, la dosis y cuándo debe dárselo a su bebé.

Nombre	Dosis	Hora de administración

- Recibir capacitación acerca de los medicamentos o vitaminas que debe administrar en el hogar:
  - Qué medicamento o vitamina
  - Con qué frecuencia administrarlo
  - Cuándo administrarlo
  - Cuánto administrar
  - Cómo almacenar el medicamento o vitamina
- Antes del alta, practique tomar y administrar cada medicamento o vitamina

## Viajes seguros y asientos infantiles para automóviles

(Vea el folleto “Viajes seguros”.)

- Consiga un asiento infantil para automóvil. Haga esto al menos 1 semana antes del alta.
  - Pregunte a su enfermera acerca de los asientos infantiles para automóvil que puede comprar de la NICU.
- Si va a comprar un asiento infantil para automóvil de la NICU:
  - Pídale a su enfermera un formulario de caja.
  - Pague al cajero del hospital (solo de lunes a viernes).
    - Si es fin de semana, pregunte a su enfermera cómo puede pagar el asiento infantil para automóvil.
  - Lleve el recibo a la NICU.
- Lea los materiales del asiento infantil para automóvil.
- Consulte acerca de la clase de asientos infantiles para automóvil de la NICU. Inscríbase para participar de la clase, si puede.
- Mire el video del asiento infantil para automóvil de la NICU.
- Lleve el asiento infantil para automóvil a la habitación de su bebé para asegurarse de que le sirva:
  - Coloque a su bebé en el asiento infantil para automóvil y ajuste las correas del auto correctamente.
  - Asegure a su bebé en el asiento.
  - Coloque el asiento infantil para automóvil vacío/base en su automóvil y practique ajustar el cinturón de seguridad.
- Llame al 1.800.BUCKLUP o visite <http://80obucklup.org> para verificar que el asiento infantil para automóvil no haya sido retirado del mercado y para obtener información.
- El asiento infantil para automóvil de su bebé:
  - Nombre: \_\_\_\_\_
  - Modelo no.: \_\_\_\_\_
  - Fecha del fabricante\*: \_\_\_\_\_

\*El asiento infantil para automóvil debe tener menos de 6 años.

- Prueba de tolerancia a la inclinación (ATT, por sus siglas en inglés) del asiento infantil para automóvil: \*
  - Fecha: \_\_\_\_\_
  - Resultado: \_\_\_\_\_

\*Esto lo realizará la enfermera de su bebé.

## Aprenda acerca del cuidado y la seguridad de su bebé

- Mire los videos de seguridad:** Puede pedir para ver estos videos en cualquier momento. Dígale a la enfermera cuando esté preparado para mirarlos en la habitación de su bebé.
  - “Volver a dormirse”
  - “Resucitación cardiopulmonar (CPR, por su sigla en inglés)”
  - “Período de llanto púrpura”
  - “Asiento infantil para automóvil”
- Aprenda más acerca de la seguridad:** La seguridad de su bebé es una prioridad y queremos brindarle toda la información que necesita para ser un experto en la seguridad de su bebé.
  - Aprenda acerca de dormir de manera segura y cómo revisar el entorno donde duerme su hijo para que esté seguro (ver folleto “Sueño seguro”)

---

- Aprenda a revisar su casa para ver si es segura para su bebé (ver folleto “Hogar seguro”)

- Aprenda métodos de cuidado:** Aprenderá cómo cuidar de su bebé todos los días. Hable con su enfermera si tiene preguntas acerca de cómo cuidar a su bebé. (Ver folleto “Cuidados básicos para el bebé”.)

Aprenda acerca de:

- Patrones de eliminación \_\_\_\_\_
  - Usar una jeringa de pera \_\_\_\_\_
  - Dar un baño \_\_\_\_\_
  - Proteger la piel de su bebé \_\_\_\_\_
  - Ajustar la temperatura \_\_\_\_\_
    - En casa \_\_\_\_\_
    - Para el baño \_\_\_\_\_
    - Para los climas y las salidas \_\_\_\_\_
  - Signos de infección y cómo proteger a su bebé de las infecciones (ver folletos “Signos de infección” y “Proteger a su bebé de infecciones”)
- 
- Signos de problemas respiratorios (ver folleto “Signos de problemas respiratorios”)
-

## Trabajo Social

- Llame y reúnanse con el trabajador social de la NICU antes del alta, si fuera necesario.
- Inscriba a su bebé en un plan de salud.
- Averigüe si su bebé puede tener una enfermera de salud pública después de ser dado de alta.
- Si su bebé tiene beneficios de Ingresos de Seguro Social (SSI, por su sigla en inglés), llame al funcionario del Seguro Social después de que su bebé regrese al hogar.
- Inscríbase en WIC, usted es elegible.

Notas/preguntas: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Terapeutas para la alimentación y la motricidad

- Llame y reúnanse con su terapeuta antes del alta, si fuera necesario.
- Pregunte acerca del paquete de alta de terapia de la NICU.

Notas/preguntas: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Otras consultas de atención a la salud

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



*“A medida que nos acercábamos a llevar a Lucy a casa, empezamos a sentir que el objetivo estaba muy cerca, pero que no llegábamos nunca. Luego, de repente, estábamos yéndonos del hospital con nuestra hija. ¡Todo era surrealista!”*

*-- El padre de Lucy*

## **Día del alta**

- Traiga la banda con el nombre que coincida con el número del hospital de su bebé y/o su identificación con foto (licencia de conducir).
- Traiga ropa para que su bebé use en el hogar.
- Traiga mantas extra para el asiento infantil para automóvil.
- Traiga una hielera o bolsa aislada para llevarse su leche materna congelada.
- Recoja todos las cosas de la habitación. Asegúrese de llevarse el letrero del nombre de su bebé y las artesanías, fotos o juguetes que haya traído a la habitación.
- Llévase el disco de fotos de su bebé.
- Firme un formulario de “Consentimiento para el contacto” si desea que le comuniquemos los eventos de la NICU. Estos pueden incluir reuniones, oportunidades de voluntariado y otros eventos.
- Complete la encuesta para comentar acerca del tiempo que su bebé pasó en la NICU.

## **Cuando esté en el hogar**

(Ver folleto “Llevar a su bebé a casa”.)

¡Visite nuestra página pública de Facebook! Nuestro nombre de Facebook es “University of Washington NICU Alumni”. En este sitio, usted puede:

- Mantenernos actualizados acerca de los avances de su bebé
- Seguir las vidas de los graduados de la NICU de UW y sus familias







# Discharge Checklist

*Getting ready to take your baby home*

## Plan for Your Baby’s Healthcare Visits

- Choose a primary care provider (PCP) for your baby (see handout “Choosing a Primary Care Provider for your Baby”). Make sure that the PCP accepts your baby’s health insurance.

PCP’s Name:

\_\_\_\_\_

Phone: \_\_\_\_\_

Address: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



*Choose a primary care provider for your baby at least 2 weeks before your baby will leave the hospital.*

- Call your baby’s PCP 3 to 5 days before discharge from the NICU to set up your 1st visit. This visit should be 1 to 2 days after discharge.

Date: \_\_\_\_\_ Time: \_\_\_\_\_

- If needed, a visit at the Infant Development Follow-up Clinic at the UW’s Center on Human Development and Disability (CHDD):

Date: \_\_\_\_\_ Time: \_\_\_\_\_

- See “Other Healthcare Visits” on page 56.

## Screenings

These exams are done during your baby’s hospital stay, before discharge:

- Hearing screen: Date: \_\_\_\_\_

Results: \_\_\_\_\_

- Eye exam (ROP), if needed: Date: \_\_\_\_\_

Results: \_\_\_\_\_



*“The day I got to bring Austin home was both exciting and scary. But, the NICU staff prepared me very well for taking him home.”*

*-- Austin’s Mom*

## **Safe Feeds and Feeding Instructions for Home**

(See handouts “Breastfeeding Your Preterm Baby at Home” and “Bottlefeeding Your Preterm Baby at Home.”)

- Type of milk \_\_\_\_\_
- Recipe for milk \_\_\_\_\_
- Practice mixing milk with nurse \_\_\_\_\_
- How much your baby needs (based on your baby’s weight on the day of discharge):
  - At each feeding \_\_\_\_\_
  - Every 24 hours \_\_\_\_\_
- How often to feed \_\_\_\_\_
- How to tell if baby is getting enough milk \_\_\_\_\_
- Know who to call if baby is having trouble feeding \_\_\_\_\_
- How to store milk \_\_\_\_\_
- How to thaw milk \_\_\_\_\_

### **Breastfeeding**

Meet with a lactation consultant before discharge to talk about:

- Plans and goals for breastfeeding or pumping milk: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- How to progress to fully breastfeeding and what to expect: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- What to do with rental breast pump after discharge (either return it or rent it longer):  
\_\_\_\_\_
- Arranging for a breast feeding scale, if needed: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Getting a pumping/feeding record sheet

After discharge, if you have questions about lactation or would like to make an appointment with a lactation consultant at UWMC, call 206.598.4628.

## Immunizations

(See your packet for the immunization schedule from the Center for Disease Control and education handouts about immunizations.)

Use this table to track when your baby received vaccines. Also keep track of when you read the handout or the brochure about the vaccine and when you signed the consent form.

Name	Usually Given	Dates Given
<b>Hepatitis B</b>	At discharge or at 2 months	
<b>Dtap, Hep B, Polio</b>	At 2 months	
<b>Pneumococcal</b>	At 2 months	
<b>Haemophilus B</b>	At 2 months	
<b>Synagis</b>	Only given to some patients (seasonal)	

- Receive immunization card/record from UWMC

## Medicines and Vitamins

Use this table to keep track of your baby's medicines and vitamins. Include the name, the dose, and when you need to give it to your baby.

Name	Dose	Time to Give

- Receive teaching on each medicine or vitamin that you need to give at home:
- What the medicine or vitamin does
  - How often to give it
  - When to give it
  - How much to give
  - How to store the medicine or vitamin
- Before discharge, practice drawing up and giving each medicine or vitamin

## Safe Travel and Car Seats

(See handout “Safe Travel.”)

- Get a car seat. Do this at least 1 week before discharge.
  - Ask your nurse about car seats you can buy from the NICU.
- If you are buying a car seat from the NICU:
  - Ask your nurse for a cashier form.
  - Pay the hospital cashier (weekdays only).
    - If it is a weekend, ask your nurse how to pay for the car seat.
  - Return the receipt to the NICU.
- Read car seat materials.
- Ask about the NICU car seat class. Sign up to take the class, if you can.
- Watch the NICU car seat video.
- Bring the car seat to your baby’s room to make sure it works for your baby:
  - Place your baby in the car seat and adjust the car straps correctly.
  - Secure your baby in the seat.
  - Place the empty car seat/base in your car and practice adjusting the seat belt.
- Call 1.800.BUCKLUP or visit <http://800bucklup.org> to check for car seat recalls and information.
- Your baby’s car seat:
  - Name: \_\_\_\_\_
  - Model #: \_\_\_\_\_
  - Manufacturer date\*: \_\_\_\_\_

\*Car seat must be less than 6 years old.
- Car Seat Angle Tolerance Test (ATT):\*
  - Date: \_\_\_\_\_
  - Result: \_\_\_\_\_

\*Your baby’s nurse will set this up.

## Learn About Your Baby's Safety and Care

- Watch safety videos:** You can ask to watch these any time. Tell your nurse when you are ready to watch them in your baby's room.
  - "Back to Sleep"
  - "CPR"
  - "Period of Purple Crying"
  - "Car Seat"
- Learn more about safety:** Your baby's safety is a top priority, and we want to give you all the information you need to be an expert on keeping your baby safe.
  - Learn about safe sleep for your baby and how to check your baby's sleeping environment for safety (see handout "Safe Sleep")  
\_\_\_\_\_
  - Learn about checking your house to see if it is safe for your baby (see handout "Safe Home")  
\_\_\_\_\_
- Learn care methods:** You will be learning how to care for your baby every day. Talk with your nurse if you have any questions about how to care for your baby. (See handout "Basic Baby Care.")

Learn about:

- Elimination patterns \_\_\_\_\_
- Using a bulb syringe \_\_\_\_\_
- Giving a bath \_\_\_\_\_
- Protecting your baby's skin \_\_\_\_\_
- Adjusting the temperature \_\_\_\_\_
  - At home \_\_\_\_\_
  - For bath \_\_\_\_\_
  - For weather and outings \_\_\_\_\_
- Signs of infection and how to protect your baby from infection (see handouts "Signs of Infection" and "Protecting Your Baby from Infection")  
\_\_\_\_\_
- Signs of breathing problems (see handout "Signs of Breathing Problems")  
\_\_\_\_\_

## Social Work

- Call and meet with the NICU social worker before discharge, if needed.
- Enroll your baby in a healthcare plan.
- Know if your baby can have a public healthcare nurse after discharge.
- If your baby has SSI benefits, call the Social Security office after your baby goes home.
- Sign up for WIC, you are eligible.

Notes/Questions: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Motor and Feeding Therapists

- Call and meet with your therapist before discharge, if needed.
- Ask about the NICU therapy discharge packet.

Notes/Questions: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Other Healthcare Visits

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



*“As we got closer to taking Lucy home, it began to feel like the goal was just around the corner, but we couldn’t quite get there. Then, suddenly, we were leaving the hospital with our daughter. Everything was surreal!”*

*-- Lucy’s Dad*

## **Day of Discharge**

- Bring your name band that matches your baby’s hospital number and/or your photo ID (driver’s license).
- Bring clothes for your baby to wear home.
- Bring extra blankets for the car seat.
- Bring a cooler or insulated bag to take home your frozen breast milk.
- Collect all of the items around your room. Make sure to take your baby’s name sign, and any crafts, pictures, or toys you brought into your room.
- Take home your baby’s photo disc.
- Sign a “Consent for Contact” form if you want us to tell you about NICU events. These may include reunions, volunteer opportunities, and other events.
- Complete the survey that gives us your feedback about your infant’s time in the NICU.

## **When You Are at Home**

(See handout “Taking Your Baby Home.”)

Visit our public Facebook page! Our Facebook name is “University of Washington NICU Alumni.” On this site, you can:

- Keep us updated on your baby’s progress
- Follow the lives of other UW NICU graduates and their families

