

## Centro Familiar de Nacimiento de St. Mary's

DONDE CADA NACIMIENTO ES MÁS HERMOSO QUE LAS PALABRAS PUEDEN DESCRIBIR

***Gracias por elegir el Centro Familiar de Nacimiento de St. Mary's.***

*Este es un tiempo emocionante en su vida. Estamos aquí para ayudar a que usted y su pequeñito tengan un comienzo feliz y saludable.*

*Nuestro estilo de cuidado también quiere decir que su experiencia del parto puede ser personalizada para incluir los deseos y tradiciones que son importantes para usted.*

## **BIENVENIDA A ST. MARY'S**

Cuando usted llegue, por favor vaya al área de registro de las Suites de Parto que está ubicada en el segundo piso saliendo de los elevadores del Atrium. Alguien del personal la recibirá a usted y a su persona de apoyo y los acompañará a un cuarto para prepararla para su procedimiento programado o a un cuarto de evaluación para que sea evaluada. Si usted está con un trabajo de parto activo, se la admitirá en una de las suites de parto. Estos cuartos amplios incluyen un baño privado, un sofá y comodidades tales como aparatos de DVD/CD.

El equipo del hospital que los ayudará a usted y a su bebé durante el proceso del nacimiento incluye una enfermera registrada y dos doctores - un residente y un obstetra. A pesar de que la frecuencia de las visitas de los doctores depende del progreso de su trabajo de parto, el obstetra recibe la información más actualizada de su condición continuamente.

El personal de enfermería estará con usted durante todo el trabajo de parto, parto y recuperación. Nosotros revisaremos su plan de nacimiento, la ayudaremos con la respiración y al momento de pujar, y responderemos oportunamente a sus necesidades.

Si usted está incomoda durante el trabajo de parto, nosotros ofrecemos muchas opciones para ayudarla a aliviar el dolor. Ejemplos incluyen tinas de baño en el cuarto, regaderas de masajes, pelotas del nacimiento y orientación para posicionar su cuerpo para el alivio del dolor. Si usted desea recibir medicamento para el dolor, por favor avise a su equipo de cuidado. Algunos medicamentos sólo pueden ser administrados durante el principio del proceso del nacimiento.

## SUITES DE PARTO

### Llame a su doctor si:

- Tiene menos de 37 semanas y tiene más de seis contracciones en una hora.
- Tiene contracciones con presión pélvica/rectal o cólicos.
- Usted está dentro de 3 semanas de su fecha estimada para el parto (más de 37 semanas) y tiene contracciones regulares. Tome el tiempo de sus contracciones desde el comienzo de una hasta el comienzo de la siguiente.  
Las contracciones son regulares si:
  - Vienen cada 5 minutos o más frecuentes
  - Duran por lo menos 60 segundos
  - Ocurren por lo menos 12 veces en una hora
- Se le rompe la fuente. Podría notar un chorro grande de líquido de la vagina o un goteo despacio que causa que esté mojada constantemente. El líquido podría ser de un color claro, amarillo, rosado o verde. Póngase una toalla sanitaria, no use un tampón ni tampoco se ponga nada en la vagina.
- Nota sangrado vaginal y/o coágulos de sangre.
- Nota que su bebé se está moviendo menos de lo usual.
- Tiene cualquiera de estos síntomas: persistente dolor de cabeza, dolor abdominal agudo o constante, deficiencia de la visión, vómito severo o continuo.
- Tiene un accidente serio o una caída.

**IMPORTANTE: Si se le ha dicho que venga a St. Mary's Hospital, por favor llame a las Suites de Parto al (608) 258-6825 y avísenos que está en camino. Entre al hospital por la entrada principal en Brooks Street, o, si necesita atención de emergencia, por favor use la Entrada de Emergencia en la esquina de Brooks y Erin Streets.**

## **SUITES DE CUIDADO FAMILIAR**

Algunas horas después del nacimiento de su bebé, una enfermera la llevará a usted y a su familia a su nuevo cuarto en las Suites de Cuidado Familiar (elevadores del Atrium, 3<sup>er</sup> piso). Este es un buen momento para pedir que los familiares le traigan al hospital otros artículos personales o para el bebé y también el asiento del carro.

Las Suites del Cuidado Familiar a un lugar tranquilo como un spa con un personal especializado en el cuidado de madres y recién nacidos.

Alentamos a todas las madres a que mantengan a sus bebés en el cuarto durante toda la estadía en el hospital. Es la mejor manera para conocer a su pequeñito, disfrutar de los lazos de unión con el contacto de piel a piel y establecer un comienzo fuerte para la salud y el desarrollo de su bebé. Nuestras especialistas certificadas en lactancia están disponibles para ayudar con el amamantamiento y nuestro cunero para recién nacidos siempre está supervisado por una enfermera.

Mantener a usted y a su bebé seguros es una de nuestras principales prioridades. Como padre, usted también juega un papel importante. Cuando usted llegue a las Suites de Cuidado Familiar, una enfermera le explicará nuestro sistema electrónico de seguridad y revisará con usted las reglas de seguridad. Nuestro compromiso de cuidado seguro también incluye lavarse las manos frecuentemente.

Sus amigos y familiares estarán emocionados de verlos, a usted y a su nuevo bebé. Algunas madres piden a las personas que visiten una vez que el bebé está en casa en vez de venir al hospital. De esta manera, usted puede pasar tanto tiempo como sea posible descansando y creando lazos de unión con su bebé durante estos primeros días importantes.

Si usted prefiere tener visitas en el hospital, las horas de visita dependen de usted. Niños y hermanos pequeños son bienvenidos. Aquellos que tienen menos de 12 años deberían de estar con un adulto en todo momento. Sin embargo, por favor recomiende a sus seres queridos que están enfermos que se queden en casa.

Mientras usted está en las Suites de Cuidado Familiar, usted recibirá un recuerdo que incluye las huellas de los pies de su bebé. También la ayudaremos a llenar los formularios para ordenar las actas de nacimiento de su bebé. Usted deseará tener a mano una cámara para captar el primer baño del bebé. Su enfermera la ayudará con esto en la privacidad de su cuarto donde hay un lavabo especial y una luz de calor para mantener cómodo al bebé.

Usted y su invitado deberían de planear para disfrutar de una Comida de Celebración especial el día antes que se vaya a casa. Estará en su cuarto un menú con deliciosos platos principales, extras y postres. Ordene ese día hasta las 10:00 a.m. para entrega a la hora del almuerzo o hasta las 3:00 p.m. para entrega a la hora de la cena.

## **SUITES DE ANTE PARTO**

Algunas madres necesitan reposo en cama y cuidados en el hospital varias semanas antes del parto. En nuestras Suites de Ante Parto, ellas disfrutan cuartos individuales con baños privados y el apoyo de enfermeras especializadas en cuidar a mujeres con embarazos de alto riesgo.

## **CLINICA DE MEDICINA MATERNO FETAL**

Nuestra Clínica de Medicina Materno Fetal Dean & St. Mary's provee cuidado para mujeres embarazadas y bebés que aún no han nacido de todas partes del centro sur de Wisconsin con necesidades complejas de cuidado de la salud. El cuidado es proporcionado por personal especialmente entrenado y con experiencia en embarazos de alto riesgo y condiciones genéticas.

## **HABITACIÓN RONALD MCDONALD PARA FAMILIAS®**

Ubicada en el 3er piso del hospital. La Habitación Ronald McDonald para Familias® ofrece a las familias de pacientes críticamente enfermos de pediatría y NICU un lugar para reorganizarse y retomar fuerzas.

## **CUIDADOS INTENSIVOS NEONATALES (NICU por sus siglas en inglés)**

A veces, pasa lo inesperado. Si su recién nacido necesitara cuidado avanzado, esté tranquilo sabiendo que usted y su bebé están en manos expertas. Neonatólogos, doctores especializados en el cuidado de recién nacidos frágiles, están en St. Mary's las 24 horas del día los 7 días de la semana. Los bebés también están apoyados por nuestro equipo de enfermeras especializadas en NICU quienes ayudan a las familias a que aprendan cómo dar apoyo a las necesidades y al desarrollo de sus pequeñitos.

El NICU de St. Mary's también es un recurso regional. Los hospitales en todo el centro sur de Wisconsin buscan a los expertos de St. Mary's cuando necesitan consejos o desean que nuestra ambulancia especial traiga a un recién nacido a St. Mary's para cuidados intensivos.

## COMODIDADES DEL HOSPITAL

### COMIDA Y APERITIVOS

#### “Comida para Usted” Servicio de Comida en el Cuarto

Todos los pacientes de St. Mary’s pueden disfrutar de nuestro menú estilo–restaurante “Comida para Usted”. **Utilice su teléfono del cuarto para ordenar entre las 6:30 a.m. y las 7:00 p.m.** Las comidas son preparadas en el momento y entregadas en su cuarto dentro de 45 minutos de la orden.

Nota: Las pacientes de Centro Familiar de Nacimiento y un invitado reciben un menú para seleccionar su Comida de Celebración especial el día antes de ir a casa.

#### “Comida para Usted” Comidas para los visitantes

Los visitantes pueden comer con usted en su cuarto. Las comidas de los visitantes típicamente incluyen elección de un plato principal, platos de acompañamiento, fruta o postre, y una bebida. El pago (en efectivo o cheque) se lo recibe el momento que se entrega la comida.

#### Cafetería

La cafetería del hospital, ubicada en el Nivel A, está abierta diariamente de 6:30 a.m. a 8 p.m. Se sirve comida caliente de 6:30 a.m. a 10 a.m.; 10:30 a.m. a 1:30 p.m.; y de 4:30 p.m. a 7 p.m. Hay disponible máquinas dispensadores las 24 horas del día en el área del comedor de la cafetería y en la sala de espera de las Suites de Cuidado Familiar.

#### Brooks Street Bistro

Ubicado en el Nivel 1 del vestíbulo del hospital, el Bistro sirve sándwiches, sopas, ensaladas, café de alta calidad, soda y pastelillos. Se acepta dinero en efectivo, cheque o tarjeta de crédito. Abierto de lunes a viernes de 6:30 a.m. a 2:30 p.m.

#### Subway

Un restaurante Subway está ubicado dentro del hospital (tome los elevadores del Atrio al 6º piso). Se acepta dinero en efectivo o tarjeta de crédito. Abierto de lunes a viernes desde 7:00 a.m. hasta la medianoche; sábados desde 8:00 a.m. hasta la medianoche, y domingos desde 9:00 a.m. hasta la medianoche.

#### Café Victor Allen’s

Ubicado en el Nivel A cerca de los elevadores del Atrio, Victor Allen’s ofrece café, bebidas de espreso, galletas, y pastelillos. Se acepta dinero en efectivo, cheque o tarjeta de crédito. Abierto de lunes a viernes de 6:00 a.m. a 7 p.m.; sábados de 6:30 a.m. a 2 p.m.; y domingos de 8 a.m. hasta el mediodía.

### OTROS SERVICIOS

#### Cajero Automático

Ubicado cerca de la Tienda de Regalos en el Nivel A cerca de los elevadores del Atrio.

#### Capilla/Cuidado Pastoral

Para información llame al 608-258-6769. Ubicada en el Nivel 1 cerca de los elevadores del ala oeste.

#### Tienda de Regalos

Ubicada en el Nivel A cerca de los elevadores del Atrio. Se acepta dinero en efectivo, cheque o tarjetas de crédito. Abierta de lunes a jueves de 7:30 a.m. a 7 p.m.; viernes de 7:30 a.m. a 4 p.m.; y los fines de semana desde el mediodía hasta las 4 p.m.

#### Centro de Recursos de la Salud

Ubicado en Level A en el vestíbulo del hospital. Incluye computadoras con acceso a Internet junto con impresora, copiadora, scanner y lectura de tarjeta de memoria para bajar fotos. Encuentre creíble información para la salud incluyendo libros y DVD que se pueden devolver en cualquier biblioteca pública. Llame al 608-512-4000 para pedir información y el horario.

### **Intérpretes**

Por medio de intérpretes de planta y tecnología, los pacientes y el personal del hospital tienen acceso inmediato a traducción para 140 idiomas diferentes incluyendo lenguaje de señas.

### **Alquiler de computadora portátil**

En asociación con una compañía exterior, nosotros ofrecemos computadoras portátiles para su uso personal durante su estadía. Para información acerca del alquiler, precios y para programar una entrega, llame al 800-229-9360 de lunes a viernes de 8 a.m. a las 5 p.m.

### **Salas de Espera**

Ubicadas en el 2º y 3er piso del Centro Familiar de Nacimiento. Aquí sus amigos y familiares encontrarán baños y televisores. Algunas de las salas de espera también tienen computadoras con acceso gratuito a internet y área de juegos para los hermanos pequeños.

### **Boutique de la Madre**

Ubicada en las Suites de Cuidado Familiar. Los artículos para la venta incluyen bombas para los senos, suministros, sostenes para el amamantamiento, asientos para carro, y más. Llame al 608-258-6860 para preguntar precios y horas de servicio.

### **Apoyo para la Familia y el Paciente**

En el hospital se encuentran disponibles coordinadores del cuidado médico para los pacientes y sus familiares. Los servicios incluyen ayuda con seguro médico o preocupaciones financieras, referencias para recursos de la comunidad y apoyo emocional.

### **Farmacia**

La Farmacia Dean para Pacientes Externos está ubicada en el Nivel 1 en el corredor entre la Rampa de Estacionamiento para Pacientes/Visitas y el Puente Aéreo. Está abierta de lunes a viernes de 9 a.m. a 5:30 p.m.

### **Fotógrafo**

Nuestro fotógrafo interno le preguntará si le gustaría hacer una cita mientras usted está aquí. Usted puede comprar las fotos o ponerlas en un sitio seguro de internet para compartirlas con sus amigos y familiares.

### **Internet Inalámbrico**

Disponible gratuitamente en todo St. Mary's Hospital, incluyendo en los cuartos de los pacientes.

## **COSAS QUE EMPACAR PARA SU ESTADÍA EN EL HOSPITAL**

- Ropa para la mamá
- Bata y pantuflas
- Artículos de uso personal
- Cámara
- Ropa para que el bebé vaya a casa
- Un traje especial para la primera foto del bebé, si se desea
- Chupón, si se desea (el hospital no lo provee)
- El libro del bebé, especialmente si desea que se pongan las huellas de los pies
- CD de música, especialmente si desea relajarse durante el trabajo de parto
- DVD, si lo desea
- Sostén con soporte, sostén de amamantamiento si va a amamantar
- Bomba para los senos y la almohada Boppy si va a amamantar
- Asiento para el carro
- 3 cobijas de tela finita (en caso que se necesiten para el soporte apropiado del bebé en el asiento del carro)



## **VISITAS GUIADAS, CLASES Y APOYO**

St. Mary's ofrece varias oportunidades para que usted y su persona de apoyo se preparen para la llegada de su bebé. Por favor visite [stmarysmadison.com](http://stmarysmadison.com) >Services > Family Birth Center para los detalles incluyendo el horario, la ubicación y el precio de las clases/visitas guiadas. Cuando venga al hospital para una clase o una visita guiada, usted puede parquearse en la rampa que está ubicada en S. Park y Erin Streets (pago es aplicable) o use nuestro servicio gratuito de valet disponible de lunes a viernes de 5:00 a.m. a 10:00 p.m.

***Se requiere registración previa para todas las clases y visitas guiadas.***

### **Visitas guiadas del hospital**

Las visitas guiadas de una hora del Centro Familiar de Nacimiento de St. Mary's se las lleva a cabo la mayoría de los domingos a la 1:30, las 3 y 4:30 p.m. a excepción de los fines de semana feriados. Se ofrece una visita guiada especial "Sibling Tour" (visita de hermanos) para los niños de 3-7 años de edad, se la ofrece la mayoría de los martes a las 6:30 p.m.

### **CLASES DE NACIMIENTO**

Instructores certificados en nacimiento proveerán una amplia revisión del trabajo de parto y del parto. Los temas incluyen: relajación y métodos de respiración, aptitudes para el apoyo durante el trabajo de parto, señales y etapas del trabajo de parto, variaciones y complicaciones del trabajo de parto, técnicas para el manejo del dolor y opciones de medicamentos para una experiencia de parto saludable y jubilosa.

### **CLASES GRATUITAS**

**Cuidando a su Recién Nacido:** Aprenda acerca del comportamiento típico en un recién nacido, alimentación del bebé, cuidado del cordón umbilical, cambiar los pañales y cómo mantener al bebé seguro y saludable.

**Conceptos Básicos del Amamantamiento:** Recomendado para mujeres que están planeando amamantar o están decidiendo cómo alimentarán a sus bebés.

**Cuidado de Posparto:** Aprenda acerca de los cambios físicos y emocionales que las madres experimentan después del parto. Se proveen consejos acerca de lo que se debe esperar los primeros días en casa y cómo cuidar de sus necesidades de salud.

### **APOYO PARA EL AMAMANTAMIENTO**

Nuestras enfermeras de las Suites de Cuidado Familiar están aquí para ayudarlos a usted y a su bebé a que tengan un buen comienzo. Si necesita ayuda más especializada, nuestras especialistas certificadas en lactancia están disponibles para una consulta durante su estadía en el hospital o para una guía por teléfono una vez que usted esté en casa (608-258-6474 o 1-800-336-6650).

## PREPARÁNDOSE PARA SU ESTADÍA EN EL HOSPITAL

### DURANTE SU PRIMER TRIMESTRE

(semanas 1-12)

- Comuníquese con un proveedor de cuidado obstétrico y programe su cuidado prenatal.

### DURANTE SU SEGUNDO TRIMESTRE

(semanas 13-28)

- Complete el Formulario de Registro de Obstetricia de St. Mary's y regréselo al hospital. Si necesita una copia, vaya a [stmarysmadison.com](http://stmarysmadison.com) > español > Centro Familiar de Nacimiento > Formularios de Admisión y Registro de Obstetricia donde usted puede bajar e imprimir una copia.
- Vaya a [stmarysmadison.com](http://stmarysmadison.com) > Services > Centro Familiar de Nacimiento  
Inscríbese para una Clase de Nacimiento.  
Inscríbese para una Visita Guiada del hospital.  
Inscríbese para una visita de los Hermanos. Para los niños de 3-7 años de edad.  
Inscríbese para clases gratuitas (Amamantamiento, Cuidando a su Recién Nacido, y Cuidado de Posparto).  
Lea la Notificación de las Prácticas de Privacidad y las preguntas más frecuentes.  
Lea la información acerca de los Derechos y Responsabilidades del Paciente.  
Lea el Acuerdo de las Condiciones de Admisión. Se le pedirá que firme este formulario cuando venga al hospital para su parto.
- Escriba su plan para el parto y compártalo con su proveedor de servicios obstétricos en una de las visitas prenatales.
- Adquiera un asiento para el carro.
- Programe una revisión para el asiento del carro. Llame al 608-890-8999 para hacer una cita. Hay límite de disponibilidad, así que por favor llame varios meses con anticipación para asegurarse que va antes de su fecha estimada del parto.
- Si usted tiene o es mayor de 18 años, por favor considere llenar un Poder Notarial para el Cuidado de la Salud antes de que sea admitida en el hospital. Los detalles (en inglés) están disponibles en [stmarysmadison.com](http://stmarysmadison.com) > español. En la pestaña "Patient" (paciente) haga clic en "Advance Medical Directives" (Directivas Médicas Anticipadas).

### CUANDO COMIENZE SU TERCER TRIMESTRE

(semanas 29-40)

- Devuelva a St. Mary's su Formulario de Registro de Obstetricia (si todavía no lo ha hecho).
- Arregle su maleta para su estadía en el hospital.
- Haga arreglos para el transporte hacia el hospital y el transporte para usted y el bebé para cuando estén listos para ir a casa.
- Comunique a sus seres queridos sus deseos de visitas en el hospital versus en casa.
- Si es necesario, haga arreglos para el cuidado de niños. Cuando visiten en el hospital los niños menores de 12 años deben estar bajo supervisión de un adulto que no sea usted ni la persona de apoyo durante el trabajo de parto.
- Haga arreglos para que alguien cuide de su(s) mascota(s) mientras usted está en el hospital.
- Programe la cita de posparto con su doctor.
- Programe la primera cita de su bebé con el pediatra.

## LLEGANDO AL HOSPITAL

Por favor use una de estas tres opciones para entrar a St. Mary's Hospital:

- 1 Parquéese en la rampa que está ubicada en la esquina de Park y Erin Streets. Utilice el Puente Aéreo en el Nivel 1 para caminar de la rampa al hospital.
- 2 Utilice nuestro servicio gratuito de estacionamiento por valet o nuestra área de dejar pacientes en la entrada al hospital en Brooks Street.
- 3 Utilice la entrada de la Sala de Emergencia que está ubicada en la esquina de Brooks y Erin Streets, si el parto es inminente.

	LUNES – VIERNES DÍA 5a.m. – 10p.m.	LUNES – VIERNES NOCHE 10p.m. – 5a.m.	SÁBADO y DOMINGO DÍA 6:30a.m. – 10p.m.	SÁBADO y DOMINGO NOCHE 10p.m. – 6:30a.m.
EMERGENCIA (en Erin St.) Cuando el parto es inminente o necesita cuidado inmediato. Use el espacio de parqueadero temporal cerca de la entrada de emergencia.	ABIERTO	ABIERTO	ABIERTO	ABIERTO
ESTACIONAMIENTO POR VALET (en Brooks St.)	ABIERTO	CERRADO	CERRADO	CERRADO
PARA DEJAR AL PACIENTE (en Brooks St.)	ABIERTO	CERRADO	ABIERTO	CERRADO
PARQUEAR SU PROPIO VEHÍCULO Use la rampa de pacientes/visitas en la esquina de S. Park y Erin Street. Tome el Puente Aéreo en el Nivel 1 hacia el hospital.	ABIERTO	ABIERTO	ABIERTO	ABIERTO

## UNA VEZ DENTRO DEL HOSPITAL

Siga las señales hacia ATRIUM ELEVATOR (ELEVADOR DEL ATRIO). Vaya al 2º PISO, vaya a la derecha, pase el área de espera y las puertas dobles entrando al FAMILY BIRTH CENTER (CENTRO FAMILIAR DE NACIMIENTO). Continúe por el pasillo hasta la recepción de BIRTH SUITES (SUITES DE PARTO).

***Esperamos verla pronto.***

*Por favor avísenos si tiene preguntas*

*o si podemos ayudar de cualquier otra manera*

*para prepararse para su día especial.*

Suites de Parto (2º piso) 608.258.6825

Suites del Cuidado Familiar (3er piso) 608.258.6860

NICU (2º piso) 608.258.6840

ST MARY'S  
FAMILY  
BIRTH  
CENTER  
700 S. Park Street  
Madison, WI 53715  
[www.stmarysmadison.com](http://www.stmarysmadison.com)

Suites de Parto (2º piso) 608-258-6825

Suites del Cuidado Familiar (3er piso) 608-258-6860

NICU (2º piso) 608-258-6840