Una luz guía para las nuevas mamás: Nurse Family Partnership

«Estoy tan abrumada con toda la información disponible en línea hoy en día sobre el embarazo y tener un bebé, ¡no sé cómo saber qué es lo mejor para mí y mi embarazo!», compartió Michelle, quien tenía 15 semanas de su primer embarazo. En el primer trimestre no solo había sufrido náuseas matutinas, sino también había estado obsesionada con leer los últimos consejos sobre embarazos saludables y cuidado del recién nacido. Esto llevó a Michelle a ponerse en contacto con el servicio de mensajes de texto confidencial y gratuito de MotherToBaby para preguntar sobre las vitaminas prenatales, pero también quería saber qué otros recursos estaban disponibles para los padres primerizos.

As a MotherToBaby specialist, I knew the perfect resource to direct Michelle to: Nurse-Family Partnership. Elly Yost, a nurse practitioner with over 35 years of experience explains how this evidence-based, community health program can help first-time moms and their children affected by social and economic inequality.

Las mamás inscritas en el programa Nurse-Family Partnership se benefician al recibir la atención y el apoyo que necesitan para tener un embarazo saludable. Al mismo tiempo, las familias desarrollan una relación cercana con la enfermera, quien se convierte en un recurso confiable en el que pueden confiar para obtener consejos acerca de todo, desde el cuidado seguro de su hijo hasta la toma de medidas para proporcionar un futuro estable y seguro para su nueva familia. Conozca más sobre Nurse-Family Partnership (NFP) aquí.

¿Cómo es la relación entre una enfermera de NFP y los futuros padres?

Elly: La relación entre una enfermera de NFP y un futuro padre se basa en la confianza y el apoyo. Priorizamos al cliente como experto en su propia vida, asegurando que sus deseos y necesidades guíen nuestro enfoque para apoyar un embarazo saludable. Nuestro papel es encontrarlos donde están y brindarles el apoyo personalizado para navegar este viaje transformador de manera efectiva.

¿Qué beneficios para la salud podría experimentar una persona al participar en el programa de NFP?

Elly: Participar en NFP puede generar una variedad de beneficios de salud para los padres primerizos. A través de evaluaciones de salud periódicas realizadas por una enfermera registrada (RN), los participantes reciben exámenes de salud personalizados para promover el bienestar general. Este enfoque holístico no solo aborda las necesidades inmediatas de salud de los padres, sino que también se extiende al bienestar de su hijo. Al monitorear de cerca factores como la presión arterial y el aumento de peso, las enfermeras de NFP trabajan con las mujeres embarazadas para identificar y comprender los posibles signos de peligro, como hinchazón o dolores de cabeza, que pueden indicar problemas de salud subyacentes.

Recognizing that pregnant women are the experts on their own bodies, NFP empowers them with knowledge and support to recognize and address anything that seems concerning. We learn about each person’s health history to customize care to their needs.

Las enfermeras de NFP también controlan regularmente el crecimiento y el desarrollo del bebé después del nacimiento

midiendo la longitud, el peso y la circunferencia de la cabeza, junto con los hitos del desarrollo mediante cuestionarios como ASQ®. Observamos lo que el padre y el niño necesitan emocionalmente y socialmente, entendiendo la relación entre la salud de cada uno y creando un entorno afectuoso para que se vinculen.

¿Por qué funciona el modelo de Nurse-Family Partnership?

Elly: Se ha comprobado que el modelo de NFP funciona porque prioriza las necesidades y deseos de los padres a los que sirve. Al adherirnos a los principios centrados en el cliente, creemos en escuchar a cada madre primeriza con la que trabajamos porque sabemos que ella es la que mejor conoce su vida. Hemos visto que incluso los pequeños cambios pueden conducir a resultados grandes y positivos, por lo que nos enfocamos en encontrar soluciones juntos.

Una gran parte de lo que hacemos es asegurar que las mamás se sientan escuchadas y apoyadas. Hablamos con ellas sobre cómo se sienten durante el embarazo, entendiendo que es normal tener todo tipo de emociones durante este tiempo. Estamos aquí para ofrecerles orientación y tranquilidad, ayudándoles a superar cualquier preocupación que puedan tener.

Nuestro equipo de enfermeras registradas es crucial para nuestro trabajo. Con su educación y experiencia, brindan a las mamás la mejor información y apoyo posibles. Están aquí para asegurar que cada madre reciba la atención y la orientación que merece en su camino.

Q: How long does the relationship between the NFP and the family last?

Elly: Algo único sobre el papel de una enfermera de NFP en la asociación con las madres es la duración de la relación. Las familias tienen la libertad de mantenerse en contacto con su enfermera de NFP hasta que su hijo cumpla dos años. Este período prolongado permite que se desarrolle una relación profunda y significativa entre la enfermera y los padres, fomentando la confianza, el apoyo y la continuidad de la atención a lo largo de las primeras etapas críticas del desarrollo del niño. Esta duración extendida subraya la singularidad del vínculo formado dentro de la asociación de NFP, lo que refleja un compromiso con el apoyo y el empoderamiento a largo plazo tanto para los padres como para sus hijos.

¿Cómo cambia el papel de una enfermera de NFP después del nacimiento de un bebé?

Elly: Después de que nace un bebé, las enfermeras de NFP ajustan su papel para apoyar el vínculo especial entre la madre y su recién nacido. Si bien los aspectos básicos de la atención siguen igual, el enfoque ahora se extiende a la díada y la unidad familiar. La atención de la enfermera se dirige tanto a las necesidades individuales de la madre, como a los hitos del desarrollo, al bienestar del recién nacido y a la familia.

A pesar de este ajuste, persiste el papel central de la enfermera como fuente de orientación, defensa y apoyo para la madre, asegurando que continúe recibiendo cuidados y atención personalizados a lo largo de su viaje hacia la maternidad.

¿Cómo apoyan las enfermeras de NFP la salud mental de los padres primerizos?

Elly: Las enfermeras de NFP desempeñan un papel crucial en el apoyo a la salud mental de los padres primerizos a través de una combinación de experiencia clínica, atención compasiva y defensa. Desde una perspectiva clínica, las enfermeras realizan evaluaciones exhaustivas de la depresión y la ansiedad. Además, las enfermeras evalúan el temperamento y las emociones de las madres, proporcionando apoyo y referencias personalizados según las necesidades y preferencias individuales.

Lo que distingue a las enfermeras de NFP es su dedicación a construir relaciones de confianza y brindar atención personalizada. Invierten tiempo en conocer a cada cliente, fomentando un ambiente de apoyo donde los padres se sientan cómodos expresando sus preocupaciones y emociones. Este nivel de atención y observación permite a las enfermeras ofrecer no solo apoyo clínico, sino también tranquilidad emocional y orientación.

Las enfermeras de NFP también actúan como defensoras, guiando a los padres a través del sistema de atención médica y conectándolos con recursos para el bienestar mental. Al abordar los aspectos clínicos y emocionales de la salud mental, las enfermeras de NFP empoderan a los padres primerizos para que naveguen los desafíos de la paternidad con fuerza y confianza.

¿Qué le gustaría que mejorara del estado actual del embarazo y/o la atención posparto?

Elly: Creo que un área de mejora en la atención actual del embarazo y después del parto es la práctica de escuchar y escuchar realmente las experiencias y preocupaciones de los futuros padres y los nuevos padres. Por ejemplo, la campaña «Escúchala» de los CDC destaca la importancia de este concepto simple pero profundo: escuchar activamente a las personas embarazadas y posparto y creerles.

Al tomarse el tiempo para escuchar y comprender genuinamente las necesidades y perspectivas de los clientes, los proveedores de atención de salud pueden fomentar la confianza, mejorar la comunicación y brindar una atención más centrada en el paciente. Empoderar a las mujeres para que compartan sus historias y validen sus experiencias puede conducir a mejores resultados y a un entorno de atención de salud más propicio para todos.

¿Cuál es alguna orientación adicional que le daría a un padre primerizo?

Elly: La orientación adicional que ofrecería a los padres primerizos es simple pero poderosa: ¡Estás haciendo un gran trabajo! El amor por su hijo es el pilar de una crianza eficaz. Adopta la idea de una «crianza lo suficientemente buena», en la que haces lo mejor que puedes sin sentirte presionado por estándares poco realistas. En un mundo lleno de consejos y expectativas, lo que más le importa a su hijo es su amor y cuidado. Confía en tus instintos, muéstrales amor y cree en tu capacidad para navegar el camino de la paternidad. Si usted es una madre primeriza que tiene 28 semanas de embarazo o menos, puede encontrar una enfermera personal gratuita de NFP en su área aquí.

¡NFP está aquí para ti!

Después de compartir los recursos de NFP con Michelle, ella me envió un mensaje de texto al día siguiente diciendo: «¡Gracias! Revisé el sitio web y esto es exactamente lo que necesito para sentirme segura de mis decisiones durante el resto de mi embarazo y tener a alguien que me ayude durante los primeros días de la paternidad. Ya me inscribí en el programa y espero comenzar pronto». Es muy agradable saber que NFP era exactamente lo que Michelle necesitaba, y espero que ella y otros padres primerizos continúen beneficiándose de este recurso en los años venideros.

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 30 de mayo de 2024.