

*Sentimos mucho que tu bebé
haya muerto o que vaya a
morir.*

*Entendemos que puedes
tener muchas preguntas
acerca de cómo será. Puede
que incluso dudes de si serás
capaz de conocerlo/a.*

*Esperamos que este folleto
pueda ayudarte a tomar las
decisiones que sean
correctas para ti.*

*El equipo está para
responder a todas tus dudas
y para acompañarte.*

*Somos muchas familias que
hemos estado en tu lugar.*

No estás sola/o

CONTACTO

UMAMANITA.ES

INFO@UMAMANITA.ES



Umamanita es una Asociación
sin ánimo de lucro registrada en
el Registro Nacional de Asociaciones
con número: 598678



CONOCER
A TU BEBÉ

DECIR HOLA Y ADIÓS

Es posible que el equipo que te está atendiendo te haya preguntado si vas a querer estar con tu bebé cuando nazca. Puede que te haya sorprendido mucho esta pregunta, y que ahora mismo no te imagines sosteniendo a tu bebé fallecido en tus brazos. Puede que tengas miedo de cómo va a estar físicamente, o de si vas a ser capaz de hacerlo. Todas estas dudas son normales, y la mayoría de madres y padres pasan por ello. Tienes que tomarte tu tiempo, hacer preguntas, y tomar la decisión que sientas que es la mejor para ti, tu familia y tu bebé.

Muchas familias pasan tiempo con su bebé, y la mayoría sienten que fue una decisión muy positiva para ellos.

¿CÓMO SERÁ MI BEBÉ FÍSICAMENTE?

Aunque hasta que nazca no se puede saber del todo, hay algunas pautas que os pueden orientar. También puedes hablarlo con tu matrona o enfermera. Si hace pocas horas sentiste a tu bebé moverse, lo más probable es que



esté físicamente bien. Puede que tenga sus labios un poco más oscuros y alguna zona de su piel se esté escamando.

Si tu bebé tiene entre 12 y 20 semanas, su piel será algo más translúcida, pero estará completamente formado.

Si crees que tu bebé ha fallecido hace más tiempo o sabes que tiene una malformación y te preocupa cómo será físicamente, puedes pedir al equipo que te acompaña que te explique cómo es tu bebé antes de cogerlo.

NO HAY PRISA

No tengas prisa. Puedes pedir que te pongan a tu bebé directamente sobre tu pecho. Su cuerpecito estará caliente. También puedes pedir que le envuelvan en una manta, para que poco a poco, cuando estés preparada, le vayas conociendo.

MOMENTOS ÚNICOS

Puedes estar todo el tiempo que desees con tu bebé ya que, desafortunadamente, será el único momento en el que puedas estar con él o ella. No hay una duración de tiempo correcta: haz lo que sientas que es lo correcto para ti.

Puede que haya otros miembros de la familia que quieran conocerlo/a: hermanos, abuelos, tíos o amigos. Incluirles en esos momentos también les ayudará a superar la pérdida de un miembro de la familia que esperaban con ilusión. Tener ese apoyo también puede ayudarte a ti.

Lo importante es que estés con las personas con quienes quieres estar en ese momento. A veces, entre la pareja puede haber deseos distintos acerca de conocer al bebé, y es importante respetar los deseos de cada uno aunque quizás no los compartamos. Cada uno tiene su manera de afrontar la muerte.

"Aunque ahora mismo te pueda resultar difícil, haz fotos, muchas fotos", Papá de Jack.

