

## ¿Dónde puedo encontrar más ayuda?

Hay muchas organizaciones disponibles para brindar apoyo durante este momento difícil. Os adjuntamos información sobre alguna de ellas:

**NUBESMA:** Asociación de Apoyo al Duelo Gestacional y Neonatal de Valencia.  
[www.nubesma.org](http://www.nubesma.org). Teléfono: 644713832

«**A contra cor**»: Associació de Dol  
[www.acontracor.com](http://www.acontracor.com).

**Umamanita:** Apoyo para la muerte perinatal y neonatal. [www.umamanita.es](http://www.umamanita.es)

**Pregnancy and Infant Loss Support.**  
[www.nationalshrae.org](http://www.nationalshrae.org)

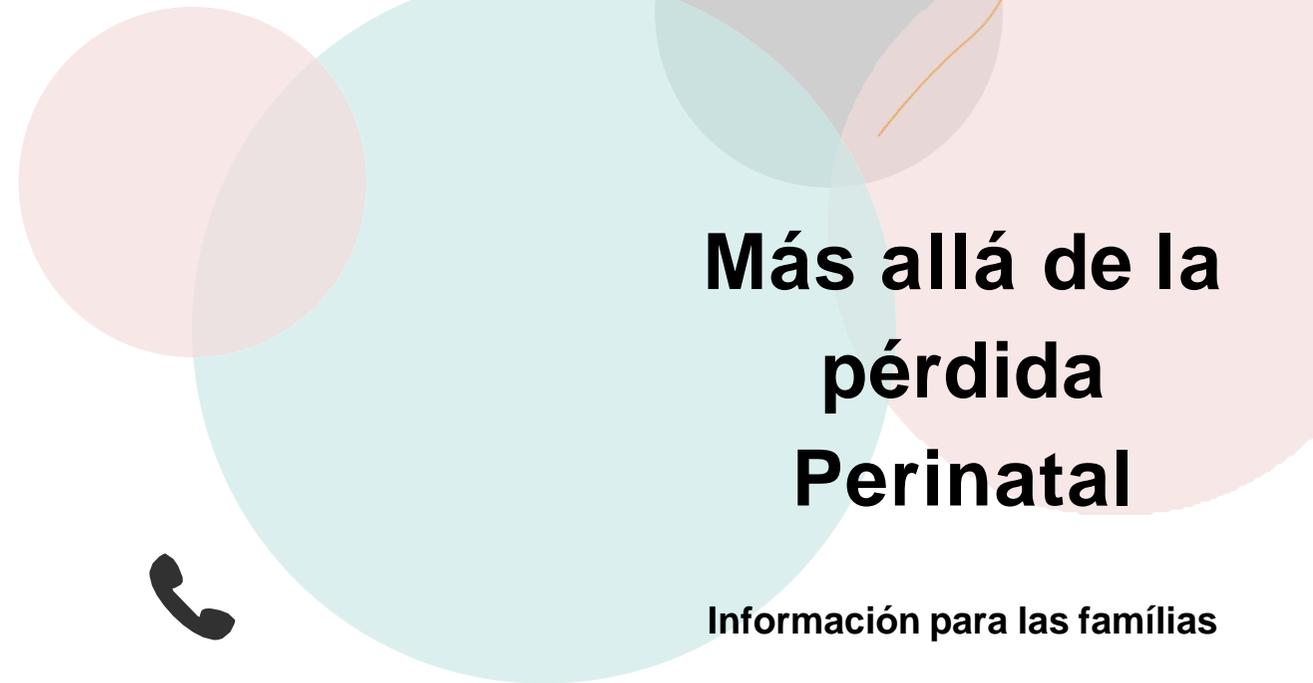
## Lecturas

También existen libros que han ayudado a algunas familias.

-**Volver a Vivir. Diario del primer año después de la muerte de un hijo.** Mercè Castro

-**Palabras que consuelan.** Mercè Castro.

-**La hora de violeta.** Sergio del Molino



# Más allá de la pérdida Perinatal

Información para las familias



**Hospital Universitari i Politècnic La Fe**

Avd. Fernando Abril Martorell, 106

Valencia (España)

Teléfono: 961 244 000

**SAIP:** 961 244 347

**Registro Civil:** 961 244 332

**Servicio de Neonatología:** 961 245 680

**Banco de Leche:** 961 245 680

Desde el **Servicio de Obstetricia** del Hospital La Fe lamentamos que vuestro hijo haya muerto, o que esté afectado por una enfermedad grave y que tengáis que tomar decisiones difíciles sobre su vida. Nos ponemos a vuestra disposición para lo que necesitéis. Este folleto pretende ayudaros en los pasos que vais a tener que afrontar y responder a algunas de las preguntas que os puedan surgir.

## Duelo

La muerte en cualquier etapa de la vida se considera una gran pérdida. Cada persona afronta el duelo de forma diferente y precisa tiempos variables para recuperarse emocional y psicológicamente. No es un proceso patológico, pero puede llegar a serlo cuando se niega o se inhibe. Ante esta pérdida, el dolor es real y normal, también lo es tener sentimiento de enfado, culpa, desconcierto o miedo. Por lo que en algunos casos, puede ser necesario recibir soporte o ayuda psicológica.

## Tras el nacimiento de vuestro hijo/a.

Durante el nacimiento de vuestro hijo, la matrona y la obstetra os explicarán todo lo que está pasando y estarán pendientes de todo lo necesario para vuestro cuidado.

Una vez que tu hijo haya nacido, lo trataremos según tus deseos y de acuerdo al plan de cuidados. Puedes cambiar de opinión en cualquier cosa en cualquier momento.

## La familia

La pérdida de un familiar causa un impacto emocional en los niños/as especialmente en el caso de los hermanos/as, quienes también vivirán su duelo por lo que se aconseja tenerlos en cuenta y que vean que les dedicáis tiempo y cariño y que les contáis la verdad.

## Caja de los recuerdos

La caja de recuerdos pretende ayudaros a recordar con pequeños objetos a vuestro hijo/a y facilitar el proceso de duelo. Cualquier recuerdo que penséis que podéis necesitar, no dudéis en comunicarlo al personal sanitario del servicio.



## Lactancia

Empezarás a generar leche después del nacimiento de tu hijo. Te ofreceremos pastillas para evitarlo. También puedes optar por la inhibición fisiológica de lactancia. Y otra opción es donar la leche al Banco de leche de nuestro hospital. Recibirás información del personal sanitario sobre los pasos a seguir.

