



# Cómo ayudar cuando hay un recién nacido en casa

Existen muchas maneras de ayudar a padres nuevos, tales como:



Ofrecer cuidar a los niños mayores o mascotas por unas horas mientras los padres descansan o se encargan de otros quehaceres o responsabilidades.



Apoyarlos y animarlos.



Ayudar con el lavado de la ropa sucia, ir de compras al supermercado, etc.



Limitar los horarios de visitas para que la nueva familia tenga la oportunidad de vincularse con su bebé.



Preparar comida o llevarles algo ya preparado.

Por favor, asegúrese de limitar el tiempo de las visitas para darles a los nuevos padres la oportunidad de conocer a su bebé. Es importante recordar que este periodo puede ser abrumador para ellos. Sea paciente y comprensivo. Trate de estar atento a sus necesidades mientras aprenden a cuidar a su bebé.



 [eisnerhealth.org](https://eisnerhealth.org)

 [@EisnerHealth](https://www.facebook.com/EisnerHealth)

 [@eisner\\_health](https://www.instagram.com/eisner_health)