



Si está cursando un embarazo y fuma, bebe alcohol, consume marihuana, consume drogas y/o toma ciertos medicamentos recetados, su bebé también puede estar expuesto/a a estas sustancias.

Los bebés expuestos a estas sustancias antes del nacimiento pueden necesitar apoyo y atención adicionales. La exposición puede tener efectos a corto o largo plazo en la salud física, del desarrollo, mental o del comportamiento de un/a niño/a.

Si está embarazada y está consumiendo sustancias, hay cosas que puede hacer para prepararse para tener un embarazo y un bebé saludables:

- Cuidese descansando, comiendo alimentos saludables y hablando con su proveedor de atención médica sobre cualquier consumo actual o previo de sustancias.
- Siga las instrucciones de sus proveedores de atención médica.
- Conéctese con un/a orientador/a de recuperación para obtener apoyo.
- Averigüe sobre los recursos y servicios locales para familias y bebés.
- Sepa qué esperar cuando vaya al hospital para tener a su bebé.

Siga leyendo para obtener más información.

Servicios de apoyo de pares

Si está cursando un embarazo o es progenitor/a y está consumiendo sustancias, o conoce a alguien que lo esté haciendo, una/a orientador/a de recuperación puede ayudarle.

Los orientadores de recuperación son personas que tienen un trastorno por consumo de sustancias, están en recuperación y están capacitados y certificados para ayudar a personas en situaciones similares a través de un apoyo seguro, personalizado y sin prejuicios enfocado en la recuperación. Saben por lo que estás pasando.

**Parent Support Network of Rhode Island (PSNRI),
Healing Mother and Baby
Red de Apoyo a los Padres de Rhode Island,
Sanando a Madre y Bebé**

Llame/envíe un mensaje de texto al: 401-318-9577
Visite: psnri.org/ayuda (español)

Anchor Recovery

Llame al: 401-615-9945 (Warwick)
401-721-5100 (Providence)
Visite: anchorrecovery.org

Rhode Island Community for Addiction Recovery Efforts (RICARES)

Comunidad de Rhode Island para la Recuperación de Adicciones
Llame al: 401-475-2960
Visite: ricares.org

Family Visiting

Los servicios de **Family Visiting** irán a su casa o a un lugar acordado para proporcionar apoyo y servicios para embarazadas, niños y familias.
Llame al: 401-222-5960
Visite: health.ri.gov/familyvisiting



El embarazo puede ser un momento emocionante.

También puede ser difícil si usted fuma, bebe, consume drogas o toma medicamentos.



Los bebés pueden necesitar cuidados especiales si están expuestos a ciertas sustancias, por ejemplo estimulantes como cocaína y metanfetaminas, u opioides como oxycodona, hidrocodona, codeína, heroína y fentanilo.

Los bebés que están expuestos a opioides y medicamentos para el tratamiento de opioides, como la metadona o la buprenorfina (Subutex

o Suboxone), pueden experimentar el síndrome de abstinencia neonatal (NAS) después de nacer. No todos los medicamentos deben suspenderse mientras cursa el embarazo, por lo que es importante que su proveedor de atención médica sepa lo que está tomando.

Si esto describe su situación, usted no está sola/o. Rhode Island tiene apoyos y servicios para ayudarle a usted y a su bebé a estar seguros y sanos.



Embarazo

INFÓRMESE

- Solicite hablar con un proveedor de atención médica que trabaje con personas embarazadas y familias afectadas por el consumo de sustancias.
- Solicite una consulta prenatal y un recorrido por la unidad de parto y la sala de recién nacidos en el hospital donde planea dar a luz a su bebé.

OBTENGA APOYO

- Si hay preocupaciones acerca de la seguridad del bebé porque la persona que da a luz o alguien más en la casa está consumiendo sustancias, es posible que se llame al Departamento de Niños, Jóvenes y Familias (DCYF). El DCYF quiere asegurarse de que los bebés regresen a un hogar que esté libre de sustancias y tenga un lugar seguro para que los bebés duerman.
- Algunos orientadores de recuperación tienen experiencia personal con el DCYF. Ellos pueden abogar por usted y ayudarle a entender qué esperar.
- No a todas las personas que dan a luz a un bebé expuesto a sustancias se les pedirá que se reúnan con el DCYF, pero es bueno estar preparado/a. Un/a trabajador/a social

del hospital, un/a visitador/a familiar o un/a orientador/a de recuperación puede brindarle apoyo y ayudarle a entender qué esperar.

Plan de parto

- Hable con su proveedor de atención médica prenatal sobre un posible plan para el tratamiento del dolor. Si actualmente tiene recetado un medicamento como metadona o buprenorfina, su dosis regular no tratará el dolor del parto ni el dolor de una cesárea.
- Informe al personal del hospital si está recibiendo tratamiento con metadona o buprenorfina para que no le administren medicamentos como Nubain o Stadol, que pueden causar abstinencia de opioides.
- Conéctese con recursos y apoyos al principio de su embarazo y haga una lista de las personas que pueden ayudarle después de que nazca su bebé. Su proveedor de atención médica, orientador/a de recuperación y otros recursos mencionados en este folleto pueden ayudar.

SU ESTANCIA EN EL HOSPITAL

- Es posible que los bebés que están expuestos a opioides o medicamentos para el tratamiento de opioides antes de nacer deban permanecer en el hospital para ser observados por

síntomas de abstinencia. Estos síntomas se llaman NAS. NAS es una afección médica que es temporal y tratable.

- Algunos bebés con NAS reciben medicamentos en el hospital para ayudarles con sus síntomas de abstinencia. Los bebés deben dejar de tomar este medicamento antes de poder ir a casa. Esto puede tardar entre tres a siete días o más.
- Si su bebé tiene NAS, es posible que pueda permanecer en el hospital con él/ella.
- Durante este tiempo, el equipo del hospital trabajará con usted para elaborar un Plan de cuidado seguro, que es una lista personalizada de recursos y apoyos para usted y su bebé.

Sus primeras semanas con el bebé

- Los padres desempeñan un papel importante observando a su bebé para detectar síntomas de abstinencia y ayudarles a sentirse mejor. Sostener a su bebé piel con piel o amamantarlo son algunas de las maneras en que puede ayudar a consolarlo/a.
- Recuerde cuidar de usted también. Descanse lo suficiente. Pida ayuda cuando la necesite.