

Embarazo: Consumo de Sustancias

¿Cómo reaccionaste cuando te enteraste que estabas embarazada?

Si tuviste algún pensamiento sobre dejar de beber alcohol, el tabaco, y drogas, ya pensabas en tu salud y la salud de tu embarazo.

El consumo de sustancias puede provocar problemas a lo largo del embarazo y después.

Estos problemas pueden incluir la pérdida del embarazo o un parto prematuro.

El bebé puede tener bajo peso al nacer o problemas de corazón, pulmones, o cerebro.

El niño también puede tener problemas físicos, emocionales o de aprendizaje.

Existen muchas razones para dejar de utilizar sustancias. Cuando estás embarazada, no puedes fumar, vapear o usar productos con nicotina, o consumir alcohol, marihuana ni otras drogas, sin peligro. Dejar de hacerlo es lo mejor, pero si no puedes lograrlo, trata de reducirlo lo más posible.

Casi todos necesitan ayuda para dejar de utilizar sustancias, especialmente cuando se trata de opioides. Es parte de un buen cuidado de la salud.

Puedes empezar por encontrar a un doctor o partera en quien confíes -para poder hablar abiertamente de todo, incluso de cualquier sustancia que utilices. Esto ayuda a que te brinden mejor atención.

Puede tomar valor hablar con tu doctor o partera sobre todo lo que sucede en tu vida. Puedes pedirle a un amigo, ser querido o a tu pareja que te apoyen durante tus citas prenatales.

Juntos, tú y tu doctor o partera pueden decidir si necesitas tratamiento y de qué tipo.

El tratamiento puede incluir un consejo.

Puede también ayudarte si te unes a un grupo de apoyo. Busca un grupo que sea útil sobre el uso de sustancias y el embarazo.

Tu doctor puede también recetar medicinas para ayudarte a dejar de consumir sustancias y a superar síntomas de abstinencia. Si utilizas opioides como oxicontin o heroína, tu doctor puede recetar medicinas más seguras o referirte a un doctor que pueda hacerlo.

Algunas zonas tienen leyes sobre el embarazo y el uso de sustancias. Pero la prioridad de tu doctor o partera es tu salud y ayudarte a obtener tratamiento.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



Embarazo: Consumo de Sustancias

Date un poco de tiempo para explorar programas de tratamiento cerca de ti. En Estados Unidos, puedes empezar con la hotline del National Substance Abuse y Mental Health Services Administration al 1-800-662-HELP o en línea.

Otra cosa que debes recordar es decirle a tu doctor o partera si tienes sentimientos persistentes como ansiedad, tristeza o depresión.

Quizá tú o alguien en tu casa nunca lo necesiten, pero podrías pedirle a tu doctor un kit de rescate con naloxona. Es otra manera de protegerte a tí misma y a otros, en caso de una sobredosis de opioides.

Te conoces mejor que nadie.

Si sabes que consumes sustancias que pueden dañar tu embarazo, busca ayuda.

En tratamiento y apoyo te darán la mejor posibilidad de tener un embarazo saludable.