



Síndrome de abstinencia neonatal: Guía para familias

El cuidado del recién nacido durante la abstinencia

¡Felicidades por el nacimiento de su bebé!

Este es un momento feliz para usted, pero todos los padres enfrentan desafíos el primer año de su bebé.

Algunos bebés necesitan más amor, incluidos los nacidos con el síndrome de abstinencia neonatal (**en inglés usan la abreviatura NAS**). Esto es similar a la abstinencia de medicina o drogas en los adultos. Sucede cuando el bebé nace y de repente ya no recibe los medicamentos o drogas del cuerpo de su madre. En uno a cinco días, el bebé puede comenzar a exhibir signos de que algo está mal.

Es difícil saber cuáles bebés tendrán el NAS. Algunos bebés lo tendrán a pesar de que su madre solo tomó pequeñas dosis de medicamentos por un breve tiempo durante el embarazo. Otros pueden exhibir signos porque su madre tomó grandes cantidades de drogas durante mucho tiempo mientras estaba embarazada. Incluso los bebés cuyas madres tomaron sus medicinas exactamente de la manera indicada por su proveedor de atención médica pueden tener NAS. Independientemente de la razón, esta guía le ayudará a aprender sobre el NAS y cómo ayudar a su bebé a estar sano.

Contenido

Acerca del síndrome de abstinencia neonatal

¿Cuándo exhibirá mi bebé signos del síndrome de abstinencia neonatal? 2

¿Qué pasará si mi bebé está sufriendo abstinencia? 2

¿Cuáles son los signos del síndrome de abstinencia neonatal? 2

Tratamiento para bebés con síndrome de abstinencia neonatal: amor, abrazos y cuidado

¿Cómo puedo ayudar a mi bebé? 3

¿Mi bebé necesita medicina?..... 3

¿Y si mi bebé necesita medicina?..... 4

¿Cuánto tiempo requerirá tratamiento mi bebé?..... 4

¿Cuándo puede salir del hospital mi bebé? 4

Qué esperar cuando su bebé salga del hospital

Hacer preguntas le ayuda a ayudar a su bebé..... 5

Cuando el bebé llegue a casa, la travesía continuará..... 5

Maneras de apoyar y cuidar a su bebé

Consejos para el cuidado de los bebés que están sufriendo abstinencia 6

Contactos clave..... 7

Notas 8



¿Qué es el síndrome de abstinencia neonatal?

¿Cuándo exhibirá mi bebé signos del síndrome de abstinencia neonatal?

La mayoría de los bebés exhiben signos de abstinencia, o NAS, entre 1 y 5 días después de nacer. El tiempo que demoran los signos puede depender de:

- El tipo de medicamento o droga que tomó la madre durante el embarazo
- Cuánta medicina o droga tomó la madre
- Por cuánto tiempo tomó la droga
- Si la madre también usó otras clases de sustancias, como alcohol o tabaco

Es muy importante informar a su enfermera y a los proveedores de atención médica de su bebé de todos los medicamentos y drogas consumidos durante el embarazo. Esto les ayudará a tratar a su bebé.

¿Qué pasará si mi bebé está sufriendo abstinencia?

Poco después del nacimiento de su bebé, las enfermeras buscarán ciertos signos. La enfermera le dará a su bebé una puntuación basada en los signos de NAS presentes. Su bebé será calificado cada cuantas horas hasta que esté listo para irse a casa. La puntuación ayuda a los proveedores de atención médica a decidir qué tipo de tratamiento necesita su bebé para mejorar. Las enfermeras le explicarán el puntaje. Si algo no está claro, por favor, solicite más información.

¿Cuáles son los signos del síndrome de abstinencia neonatal?

- Gritos agudos o irritabilidad
- Brazos, piernas y espalda rígidos
- Dificultad para dormir
- Temblores, nervios o succión excesiva
- No comer bien o problemas de succión
- Vómito debido a sobrealimentación o irritabilidad
- Respiración rápida y/o congestión nasal
- Muchos estornudos o bostezos
- Irritación en el área del pañal debido a heces sueltas y acuosas
- Irritación en la cara, la nuca, los brazos y/o las piernas debido a inquietud
- Poco aumento de peso después de unos días de vida

Aunque es raro, el NAS también puede dar lugar a convulsiones. Son difíciles de detectar y pueden durar segundos o minutos. Su bebé podría empezar repentinamente a sacudir los brazos y las piernas o podría volverse rígido. También podría poner los ojos en blanco, clavar los ojos, chasquear los labios, chupar o sufrir un cambio en el color de la piel.



Tratamiento para bebés con síndrome de abstinencia neonatal: amor, abrazos y cuidado

Si su bebé está exhibiendo signos de abstinencia, el amor y el cuidado son algunos de los mejores medicamentos.

La combinación de amor, abrazos, cargar al bebé, en algunos casos, medicina puede ayudar a su bebé.

¿Cómo puedo ayudar a mi bebé?

Independientemente de que su bebé necesite o no medicina, usted puede ayudar a su bebé:

- Quédese cerca de su bebé
- Cargue y abrace continuamente a su bebé
- Haga contacto piel a piel con su bebé
- Arrulle suavemente a su bebé
- Aprenda masaje infantil
- Toque música suave
- Alimente a su bebé cuando parezca tener hambre
- Tenga a su bebé en un espacio tranquilo (pocas visitas, ausencia de ruido, ausencia de luces brillantes)
- Amamante (siempre que el proveedor de atención médica de su bebé lo haya aprobado)

Su enfermera puede ayudarle a aprender a envolver a su bebé en una manta si quiere practicar o no sabe cómo hacerlo. Si tiene alguna pregunta, por favor, pregunte antes de llevarse a su bebé a casa.

¿Necesita mi bebé medicina para mejorar?

A veces el cuidado, el amor y los abrazos no son suficientes para ayudar a su bebé a mejorar. Si su bebé tiene muchos signos intensos de abstinencia, su doctor también puede recetarle medicina para ayudarle. Las medicinas que con más frecuencia les dan a los bebés con NAS son la morfina y la metadona. A veces se agregan otros medicamentos para ayudar a su bebé durante este tiempo. Su proveedor de atención médica le puede explicar sobre la medicina de su bebé con más detalle.



¿Qué sucede si mi bebé recibe medicina para el síndrome de abstinencia neonatal?

- Las medicinas como la morfina o la metadona ayudan a su bebé a estar tranquilo y a gusto.
- Las medicinas reducen el riesgo de que el bebé tenga convulsiones.
- A medida que su bebé empieza a mejorar, la dosis de medicina lentamente se reducirá y luego se suspenderá.

¿Cuánto tiempo requerirá tratamiento mi bebé?

Es difícil saber cuánto tiempo durará el NAS. Puede durar desde una semana hasta muchas semanas. La duración de los síntomas de abstinencia depende de los medicamentos o drogas — y de las cantidades — a las que el bebé estuvo expuesto durante el embarazo. Pasar tiempo cargando, alimentando y aprendiendo a calmar a su bebé pueden ayudar a reducir la duración de los síntomas de abstinencia. También la ayudará a prepararse para cuidar a su bebé en casa.



Si lo aconseja su proveedor de atención médica, amamantar puede ayudar a su bebé

Por lo general, es seguro amamantar si está en un programa de tratamiento estable, incluso aunque esté tomando medicamentos administrados por un proveedor de atención médica — e incluso si el medicamento es para la abstinencia de drogas. Amamantar a un bebé no es seguro si la madre consume sustancias y no está en un programa de tratamiento o si consume alcohol o drogas ilegales. Hable con su proveedor de atención médica acerca de amamantar y los medicamentos que puede tomar. Pregúntele a su proveedor sobre las opciones de tratamiento para la adicción a los opiáceos.

¿Cuándo puede salir del hospital mi bebé?

Los bebés que no necesitan medicamentos para controlar el NAS pueden permanecer en el hospital hasta por una semana. Muchos bebés que necesitan medicina para el NAS permanecen en el hospital hasta tres o cuatro semanas y rara vez algunos pueden permanecer más tiempo. Todo depende de cómo responda su bebé al tratamiento.

Mientras más tiempo pueda pasar con su bebé cargándolo, alimentándolo y aprendiendo a atender sus necesidades adicionales, más pronto estará listo su bebé para irse a casa y más preparada estará usted para cuidarlo en casa.

Durante la hospitalización de su bebé, los signos del NAS disminuirán. Su bebé será dado de alta cuando haya poco riesgo de problemas graves.

Qué esperar cuando su bebé salga del hospital

El apoyo de los padres y la familia puede marcar una gran diferencia en la rapidez con la que se mejora un bebé con NAS.

Los bebés pueden seguir teniendo síntomas leves de abstinencia hasta seis meses después de salir del hospital.

Una vez en casa, su bebé podría:

- Tener problemas de alimentación
- Aumentar de peso muy lentamente
- Irritarse fácilmente
- Sufrir problemas del sueño
- Estornudar, tener congestión nasal y dificultad para respirar



El proveedor de atención médica de su bebé le enseñará maneras de cuidar a su bebé. También le mostrarán cómo puede ayudar a su bebé si él o ella está teniendo alguno de los problemas anteriores. Practique el cuidado de su bebé mientras esté en el hospital para que se sienta más cómoda en casa.



Hacer preguntas le ayuda a ayudar a su bebé

Si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de su bebé cuando esté en casa o si algo no parece estar bien, llame al proveedor de atención médica de su bebé. Es importante que se sienta a gusto cuidando a su bebé. Hacer preguntas *la* ayuda a *usted* a ayudar a su bebé.

Cuando el bebé llegue a casa, la travesía continuará

Recuerde, los bebés lloran mucho, y los bebés con NAS tienden a llorar aún más a menudo y más fácilmente. Ayudarse y controlar su estrés la ayudará a cuidar a su bebé.

- Sitúese en una habitación tranquila y con poca luz para alimentar a su bebé.
- Arrulle a su bebé suavemente para calmarlo. (No camine ni arrulle a su bebé mientras le da de comer.)
- Recuerde que debe poner a su bebé a dormir boca arriba, en una cuna sin superficies blandas, para que no corra riesgo. No es seguro dormir en la misma cama con su bebé.
- Si se siente molesta, deje al bebé y respire profundamente durante unos minutos.
- Nunca sacuda a su bebé ni le ponga nada sobre la cara para calmarlo. Esto puede causar daños graves.
- Llame a un familiar, a un amigo o al proveedor de atención médica de su bebé si se siente molesta, enojada, asustada o simplemente necesita ayuda. Todo el mundo necesita ayuda a veces.



Maneras de apoyar y cuidar a su bebé

Los padres y cuidadores de un bebé con NAS pueden ayudar al bebé a mejorar.

Estas son algunas otras cosas que puede hacer:

- Para que su bebé se sienta a gusto, establezca una rutina, no permita muchas visitas, hablen suavemente y mantenga la habitación tranquila y luces bajas. Apague el televisor o la radio, apague el teléfono o bájele el volumen y bájele a las luces.
- Permita que su bebé duerma tanto como sea necesario y no lo despierte repentinamente.
- El tiempo de alimentación debe ser tranquilo y calmado y debe sacarle el aire a su bebé con frecuencia.
- Aprenda a detectar las señales de que su bebé “está molesto”, ya sea bostezos, estornudos, temblores, llanto u otras cosas. También conozca las señales de que su bebé está feliz, hambriento o relajado.
- Cuando su bebé esté molesto, deje de hacer lo que está haciendo, cargue a su bebé haciendo contacto de piel con piel o envuélvalo suavemente en una manta sobre su pecho.
- Poco a poco y cariñosamente introduzca nuevas cosas a su bebé, una a la vez. Permita que su bebé se calme antes de intentar algo nuevo o arrúllelo suavemente.
- También puede usar masaje infantil u otras cosas que haya aprendido en el hospital para calmar a su bebé. Cada bebé es diferente. Use lo que sea mejor para su bebé.



- A medida que su bebé se vuelva más tranquilo por períodos más largos, comience a probar si le gusta tener la manta envuelta más suelta o incluso a veces estar destapado.
- Asegúrese de llevar a su bebé a todas las citas con el proveedor de atención médica cuando esté en casa. Esto ayuda a asegurar que su bebé sigue creciendo y aprendiendo debidamente. Su proveedor podría recomendar una intervención temprana u otro programa de seguimiento. Estos programas pueden ayudarle a aprender sobre el desarrollo infantil y enseñarle las mejores maneras de jugar con su bebé para asegurar que todo vaya bien.

Consejos para el cuidado de los bebés que están sufriendo abstinencia

- Amar a su bebé y aprender a detectar las necesidades de su bebé surten un gran efecto.
- Cuídese para que pueda estar allí cuando su bebé realmente la necesite. Tome descansos y de vez en cuando pida ayuda a los demás.
- Siga todas las indicaciones del proveedor de atención médica para cuidar a su bebé y cuidarse usted misma.
- Si está en un programa de tratamiento de drogas, quédese el tiempo que le diga su proveedor de atención médica. Si su proveedor le dice que necesita estar en un programa, vaya.
- Mantenga la calma y tranquilidad en torno a su bebé.
- Envuelva, arrulle o cargue a su bebé en contacto de piel a piel.
- Háblele cariñosa y suavemente a su bebé.

Contactos clave

El nombre y la información de contacto de mi proveedor de atención médica:

El nombre y la información de contacto de mi enfermera:

Otros contactos:

Cuidar a su bebé también significa cuidarse a sí misma, desde seguir las órdenes del proveedor de atención médica hasta seguir su plan de tratamiento al pie de la letra.

Estamos aquí para ayudarle y ayudar a su familia.

Cuando tenga preguntas sobre la salud, puede comunicarse con una enfermera las 24 horas del día, los siete días de la semana llamando a nuestra Línea de Ayuda de Enfermería de 24 horas (Nurse Helpline) al

1-866-864-2545 (TTY 711).



Notas

En el espacio a continuación puede anotar lo que funciona mejor cuando está cuidando a su bebé. Los bebés utilizan el cuerpo y la voz todo el tiempo para comunicar cómo se sienten.

¿Cómo puedo saber si mi bebé no está a gusto?

¿Qué parece relajar a mi bebé?

¿Cómo puedo saber si mi bebé está a gusto?

¿De qué otras maneras puedo ayudar a mi bebé?



Usted desempeña un papel importante en ayudar a su bebé a mejorar.

Ayudar a su que su bebé a permanezca tranquilo y cómodo es una de las mejores medicinas que le puede dar.

Si tiene cualquier pregunta, diríjala a su proveedor de atención médica. Si es después de horas hábiles o no sabe con seguridad a quién llamar, puede comunicarse con una enfermera registrada las 24 horas del día, **los siete días de la semana llamando a nuestra Línea de Ayuda de Enfermería (Nurse Helpline) al**

1-866-864-2545 (TTY 711).



