



# ¿Está en tratamiento o recuperación por abuso de sustancias?

Los métodos anticonceptivos le dan tiempo para recuperarse y cuidar de sí misma



**Summit**  
COMMUNITY CARE



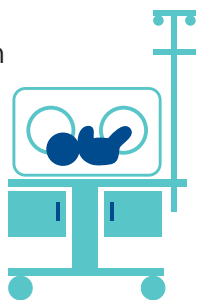
*“Incluso cuando  
saber que no quer  
suerte, comencé e  
años y tengo un h*

## Estoy en recuperación y me siento bien. ¿Por qué no quedar embarazada?

Como mujer en recuperación, tiene lo que se necesita para tomar las decisiones correctas y tiene la determinación como para aferrarse a ellas. Es más probable que tenga un embarazo y un bebé saludables luego de completar el tratamiento y estar en recuperación por cierto tiempo sin sufrir una recaída. Seguramente, no quiere arriesgarse a sufrir una recaída durante el embarazo. Podría ocasionarle problemas de salud al bebé. Tómese tiempo para sanar por completo. La recuperación es un viaje.

## ¿Qué problemas de salud tienen los bebés de madres que consumieron opiáceos durante el embarazo?

- Problemas de alimentación
- Temblores
- Irritabilidad
- Vómitos y diarrea
- Bajo peso al nacer
- Problemas para respirar
- Convulsiones



## ¿Por qué debería usar métodos anticonceptivos?

Los métodos anticonceptivos funcionan y son una de las mejores formas de evitar

**“Estoy muy agradecida** de que alguien me enseñara a lidiar con embarazos no planeados y a cuidar a los bebés.” - Lindsey

**consumía**, seguía teniendo la capacidad para **ría quedar embarazada. Obtuve el DIU y, por el tratamiento. No consumo drogas hace dos hermoso y saludable bebé de 1 año.”- Anna**

el embarazo. La ayudarán a permanecer encaminada hacia su recuperación. Un bebé podría hacer que su recuperación sea más difícil. Sería más difícil centrarse en usted, sus necesidades y su salud. La recuperación es su tarea más importante ahora.

### **Hable con su proveedor de cuidado de la salud para averiguar cuál es el mejor método anticonceptivo para usted**

- La píldora funciona bien si se toma todos los días. Sin embargo, muchas mujeres se olvidan de tomarla. Es importante conocer otros tipos de métodos anticonceptivos.
- El dispositivo intrauterino (DIU) es una pequeña pieza de plástico que se coloca en el útero (matriz).
- El implante anticonceptivo es una pequeña varilla que se coloca en la parte superior del brazo.

Más de la mitad de los embarazos son embarazos no planeados. Pero usted puede decidir. El DIU y el implante funcionan muy bien, duran varios años y pueden extraerse en cualquier momento.

Además, usted y su pareja siempre deben usar condones. Si bien el condón no es

**ne aconsejó usar un método anticonceptivo. Comencé con la preocupación de no saber si el bebé estaría bien.**

un método anticonceptivo tan seguro como los mencionados arriba, protege de enfermedades e infecciones que pueden transmitirse entre parejas durante una relación sexual.

## Hay muchos tipos de métodos anticonceptivos cubiertos sin costo para usted

- Para ver qué tipos de métodos anticonceptivos están cubiertos, llame a Servicios al Miembro al 1-844-405-4295 (TTY 711), de 8 a.m. a 5 p.m. hora del Centro, de lunes a viernes o ingrese en [www.summitcommunitycare.com](http://www.summitcommunitycare.com).
- Luego, hable con su proveedor de cuidado de la salud sobre qué opción es la correcta para usted y su pareja..

## Estoy embarazada o planeo intentar quedar embarazada. ¿Qué debería hacer?

Hable con su proveedor de cuidado de la salud acerca de cómo tener un embarazo saludable y el mejor plan de tratamiento para usted. Esto incluye asegurarse de tomar la cantidad correcta del medicamento de mantenimiento (como metadona o buprenorfina, también conocidos por los nombres de marca Subutex o Suboxone). Es muy importante continuar con el tratamiento. Estar y permanecer sobria la ayudará a tener el control de su vida. Luego, podrá cuidar de sí misma y del bebé.

*...cé el tratamiento y veía como otras mujeres  
Después fue horrible ver las dificultades que*

# Ha dado un gran paso al decidir recibir tratamiento para el trastorno por abuso de sustancias.

Está tomando el control de su vida. Conservar ese control es importante para poder estar saludable y planificar para el futuro. Es fundamental que siga el plan y mantenga la sobriedad para alcanzar sus objetivos de vida.

Durante el tratamiento y la recuperación, es importante tener en cuenta los métodos anticonceptivos si mantiene relaciones sexuales. Los métodos anticonceptivos le dan tiempo para que cuide de sí misma. También le da el poder de elegir cuándo tendrá un bebé. El mejor regalo que puede darle a su bebé es un buen comienzo en la vida. Esto comienza con una madre saludable y un embarazo saludable en el momento correcto.

***“Cuando estás en tratamiento, te ocupas de muchas cosas, no siempre consideras la posibilidad de quedar embarazada ... quizás deberías pensar en eso. Obtener anticonceptivos es sencillo y pueden ayudarte.”*** - Clara

## Para obtener más información o hablar con alguien acerca de los métodos anticonceptivos:

- Llame a Servicios al Miembro y a la Nurse Line: 1-844-405-4295 (TTY 711).
- Visite [www.summitcommunitycare.com](http://www.summitcommunitycare.com).

## Si se muda o cambia su información de contacto:

- Debe comunicarse con el Departamento de Servicios Humanos de Arkansas al 1-501-682-1001 (TTY 1-501-682-8933).
- Luego, debe iniciar sesión en [www.summitcommunitycare.com](http://www.summitcommunitycare.com) o llamar a Servicios al Miembro al 1-844-405-4295 (TTY 711) para informarnos acerca de cualquier cambio en su dirección o su número de teléfono. Infórmeselo también a su coordinador de cuidados.

Seguirá recibiendo los servicios de cuidado de la salud que se ofrezcan en el área de servicio de Summit Community Care antes y después de la mudanza.

---

¿Necesita ayuda con el cuidado de la salud, para hablar con nosotros o para leer lo que le enviamos? Le ofrecemos nuestros materiales en otros idiomas y formatos sin costo alguno. Llame a nuestra línea gratuita al 1-844-405-4295 (TTY 711).

Este trabajo se deriva de *Are You in Treatment or Recovery?* de Ohio Perinatal Quality Collaborative. Este contenido tiene una licencia de Creative Commons con reconocimiento no comercial.

Todos los servicios que se mencionan en este material son financiados y provistos conforme a un acuerdo con el Departamento de Servicios Humanos de Arkansas.