



gettyimages®

Ariel Skelley

Síndrome de abstinencia neonatal: Una guía para familias

Cómo cuidar de su nuevo bebé durante la abstinencia



¡Felicitaciones por el nacimiento de su nuevo bebé!

Este es un momento feliz para usted, pero todos los padres se enfrentan a desafíos durante el primer año del bebé.

Algunos bebés necesitan más cariño, incluso los que nacen con síndrome de abstinencia neonatal (NAS), un problema similar a la abstinencia de drogas o medicamentos que pueden padecer los adultos. Esto sucede cuando el bebé nace y, de repente, deja de recibir los medicamentos o las drogas que recibía en el cuerpo de la madre. Es posible que el bebé comience a demostrar signos de que algo está mal durante los primeros cinco días de vida.

Es difícil determinar qué bebés padecerán NAS. Algunos bebés lo padecerán incluso si sus madres solo tomaron pequeñas dosis de medicamentos por un breve período del embarazo. Otros podrían mostrar signos porque sus madres consumieron una gran cantidad de drogas durante un período prolongado durante el embarazo. Incluso los bebés cuyas madres tomaron los medicamentos exactamente como indicó el proveedor de cuidado de la salud pueden tener NAS. Independientemente del motivo, esta guía brinda ayuda para conocer el NAS y para ayudar a que su bebé esté saludable

Contenido

¿Qué debo saber sobre el síndrome de abstinencia neonatal (NAS)?

- ¿Cuándo mostrará mi bebé signos de NAS? 2
- ¿Qué sucederá si mi bebé tiene abstinencia? 2
- ¿Cuáles son los signos de NAS? 2

Tratamiento para bebés con NAS – amor, abrazos y cuidado

- ¿Cómo puedo ayudar a mi bebé? 3
- ¿Mi bebé necesita medicamentos para ponerse mejor? 3
- ¿Qué sucede si a mi bebé le recetan medicamentos para el NAS? 4
- ¿Cuánto durará el tratamiento de mi bebé? 4
- ¿Cuándo puede dejar el hospital mi bebé? 4

Qué esperar cuando el bebé sale del hospital

- Hacer preguntas ayuda a ayudar a su bebé 5
- Cuando el bebé llega a casa, el viaje continúa 5

Como apoyar y cuidar a su bebé

- Consejos para cuidar a bebés con abstinencia 6

Contactos clave 7

Notas 8



¿Qué debo saber sobre el síndrome de abstinencia neonatal (NAS)?

¿Cuándo mostrará mi bebé signos de NAS?

La mayoría de los bebés muestran signos de abstinencia, o NAS, dentro de los primeros cinco días del nacimiento. El tiempo hasta que los signos sean visibles depende de lo siguiente:

- El tipo de medicamento o droga que consumió la madre durante el embarazo.
- La cantidad de medicamentos o drogas que consumió la madre.
- Durante cuánto tiempo se consumió el medicamento o la droga.
- Si la madre también usó otros tipos de sustancias como alcohol o tabaco.

Es muy importante que le diga a su enfermero y a los proveedores de cuidado de la salud del bebé qué medicamentos y drogas consumió durante el embarazo. Esto los ayudará a brindar tratamiento a su bebé.

¿Qué sucederá si mi bebé tiene abstinencia?

Poco después del nacimiento del bebé, los enfermeros verificarán si hay determinados signos. El enfermero "calificará" a su bebé en función de los signos de NAS que estén presentes. Su bebé recibirá una calificación cada algunas horas hasta que esté listo para ir a casa. La calificación ayuda a que los proveedores de cuidado de la salud decidan qué tipo de tratamiento necesita su bebé para mejorar. Los enfermeros le explicarán la calificación. Si algo no está claro, pida más información hasta obtener respuestas a todas sus preguntas.

¿Cuáles son los signos de NAS?

- Llanto agudo o irritabilidad.
- Rigidez en los brazos, las piernas y la espalda
- Problemas para dormir
- Temblores, nerviosismo o mucha succión
- Problemas para comer o succionar
- Vómitos por exceso de comida o irritabilidad
- Respiración rápida o congestión nasal
- Muchos estornudos o bostezos
- Irritación en el área del pañal debido a heces blandas y acuosas
- Irritación en la cara, la nuca, los brazos o las piernas debido a la inquietud
- Poco aumento de peso después de unos días de vida

Si bien es poco frecuente, NAS también puede provocar convulsiones. Son difíciles de detectar y pueden durar segundos o minutos. Su bebé puede comenzar a agitar pies y brazos, o puede ponerse tieso. También puede observar que el bebé gira los ojos, mira fijamente, se relame los labios o succiona, también puede notar un cambio de color en la piel.



Tratamiento para bebés con NAS – amor, abrazos y cuidado

Si su bebé demuestra signos de abstinencia, el amor y el cuidado suelen ser la mejor medicina.

La combinación de amor, abrazos y contacto de cerca con su bebé y, en ocasiones, los medicamentos pueden ayudar al bebé.

¿Cómo puedo ayudar a mi bebé?

Independientemente de la necesidad de medicamentos del bebé, puede ayudarlo de las siguientes maneras:

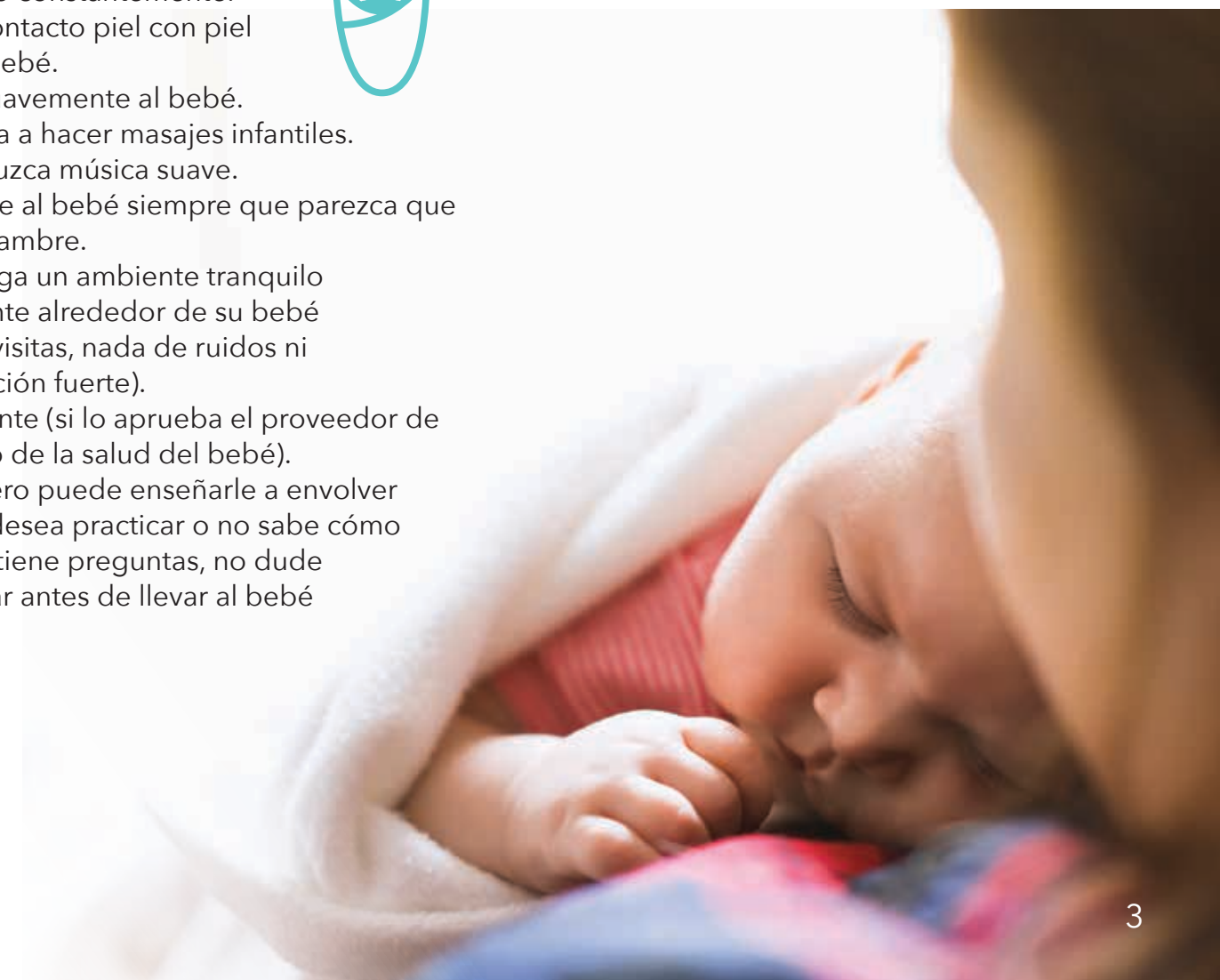
- Manténgase cerca del bebé.
- Tenga al bebé en brazos y envuelto constantemente.
- Haga contacto piel con piel con el bebé.
- Meza suavemente al bebé.
- Aprenda a hacer masajes infantiles.
- Reproduzca música suave.
- Alimente al bebé siempre que parezca que tenga hambre.
- Mantenga un ambiente tranquilo y relajante alrededor de su bebé (pocas visitas, nada de ruidos ni iluminación fuerte).
- Amamante (si lo aprueba el proveedor de cuidado de la salud del bebé).

Su enfermero puede enseñarle a envolver al bebé si desea practicar o no sabe cómo hacerlo. Si tiene preguntas, no dude en consultar antes de llevar al bebé a casa.



¿Mi bebé necesita medicamentos para ponerse mejor?

A veces, el amor, los abrazos y el cuidado no son suficientes para que el bebé se ponga mejor. Si su bebé demuestra muchos signos graves de abstinencia, el proveedor de cuidado de la salud también puede recetar medicamentos para ayudarlo. Generalmente, a los bebés con NAS se les administra morfina y metadona. A veces, se añaden otros medicamentos para ayudar al bebé durante este período. Su proveedor de cuidado de la salud puede explicarle con más detalle los medicamentos del bebé.



¿Qué sucede si a mi bebé le recetan medicamentos para el NAS?

- Los medicamentos como la morfina o la metadona ayudarán a que su bebé esté tranquilo y cómodo.
- Los medicamentos disminuyen el riesgo de que el bebé tenga convulsiones.
- A medida que su bebé se pone mejor, lentamente se reduce la dosis del medicamento y luego se interrumpe.

¿Cuánto durará el tratamiento de mi bebé?

Es difícil determinar cuánto durará el NAS. Puede durar una semana o varias semanas. La duración de la abstinencia depende de los medicamentos o las drogas (y las cantidades) a las que se expuso al bebé durante el embarazo. Puede ayudar a reducir la duración de la abstinencia teniendo al bebé en brazos, alimentándolo y aprendiendo a calmarlo. Esto también ayudará a prepararse para cuidar al bebé en casa.



Si se lo aconseja el proveedor de cuidado de la salud: amamantar puede ayudar al bebé

Generalmente, amamantar es seguro si está en un programa de tratamiento estable – incluso si toma medicamentos recetados por el proveedor de cuidado de la salud – e incluso cuando es un medicamento para la abstinencia de drogas. Amamantar no es seguro en el caso de madres que usan sustancias pero que no participan en un programa de tratamiento, o que toman alcohol o consumen drogas ilegales. Hable con el proveedor de cuidado de la salud acerca de la lactancia materna y los medicamentos que toma. Pregúntele a su proveedor sobre las opciones de tratamiento para la adicción a opiáceos.

¿Cuándo puede dejar el hospital mi bebé?

Los bebés que no necesitan medicamentos para controlar el NAS podrían permanecer en el hospital durante una semana como máximo. Muchos bebés que necesitan medicamentos debido al NAS deben permanecer en el hospital durante 3 o 4 semanas como máximo y en pocos casos, suelen quedarse más tiempo. Todo depende de cómo el bebé responde al tratamiento.

Mientras más tiempo pueda pasar con su bebé abrazándolo, alimentándolo y aprendiendo a cuidar sus necesidades adicionales, más rápido estará listo el bebé para ir a casa y usted estará más preparada para cuidarlo en el hogar.

Durante la estadía de su bebé en el hospital, los signos de NAS se reducirán. Se dará de alta al bebé cuando haya pocos riesgos de problemas graves.

Qué esperar cuando el bebé sale del hospital

El apoyo de los padres y las familias pueden marcar una gran diferencia en la velocidad de recuperación de un bebé con NAS.

Los bebés pueden seguir con síntomas leves de abstinencia durante seis meses como máximo luego de dejar el hospital.

En casa, el bebé podría seguir teniendo los siguientes problemas:

- Problemas para alimentarse
- Aumento de peso lento
- Irritabilidad
- Problemas para dormir
- Estornudos, congestión nasal y dificultad para respirar



El proveedor de cuidado de la salud del bebé le enseñará maneras de cuidarlo. También le enseñará cómo puede ayudar al bebé si tiene algunos de los problemas que se mencionan arriba. Practique cuidar de su bebé mientras está en el hospital para sentirse más segura en su casa.



Hacer preguntas ayuda a ayudar a su bebé

Si tiene preguntas o inquietudes sobre el bebé cuando está en su casa o si algo no parece estar bien, hable con el proveedor de cuidado de la salud del bebé. Es importante que sienta seguridad en el cuidado del bebé. Hacer preguntas (cualquier pregunta) ayuda a que usted pueda ayudar a su bebé.

Cuando el bebé llega a casa, el viaje continúa

Recuerde que los bebés lloran mucho, y los bebés con NAS tienden a llorar con más frecuencia y facilidad. Cuidarse a sí misma y controlar su estrés también ayudará en el cuidado de su bebé.

- Alimente a su bebé en una habitación tranquila y con poca luz.
- Meza o balancee al bebé para tranquilizarlo. (No camine ni balancee al bebé mientras lo alimenta).
- Recuerde hacer dormir al bebé boca arriba y en una cuna sin superficies blandas. No es seguro dormir con el bebé en la misma cama.
- Si se siente molesta, aléjese y respire profundamente durante unos minutos.
- Nunca sacuda al bebé ni le cubra el rostro para tranquilizarlo. Esto puede causar daños graves.
- Llame a un familiar, un amigo o al proveedor de cuidado de la salud del bebé si se siente molesta, enfadada, asustada o simplemente si necesita ayuda. Todo el mundo necesita ayuda a veces.



Como apoyar y cuidar a su bebé

Los padres y cuidadores de bebés con NAS pueden ayudarlos en la recuperación.

Estas son algunas cosas que puede hacer:

- Haga que el bebé se sienta cómodo estableciendo una rutina, dejando que pocas personas lo visiten, hablando en voz baja y manteniendo la habitación tranquila y oscura. Apague el televisor o la radio, baje el volumen del teléfono o apáguelo y atenúe las luces.
- Permita que su bebé duerma tanto tiempo como sea necesario y sin que nada lo despierte repentinamente.
- Haga que la hora de comer sea tranquila y en silencio, y haga eructar a su bebé con frecuencia.
- Aprenda a detectar los signos de "estoy molesto" del bebé, ya sea que lo demuestre bostezando, estornudando, temblando, llorando o frunciendo el ceño. También reconozca los signos que indican que su bebé está feliz, hambriento o relajado.
- Cuando el bebé esté molesto, deje de hacer lo que está haciendo, sostenga a su bebé piel con piel o envuélvalo suavemente en una manta contra su pecho.
- Suave y lentamente, preséntele cosas nuevas a su bebé, una a la vez. Espere a que su bebé se calme antes de probar algo nuevo, o intente balancearlo o mecerlo.
- También puede calmar a su bebé con masajes infantiles u otras cosas que aprendió en el hospital. Cada bebé es diferente. Use lo que funcione mejor con su bebé.
- A medida que su bebé comience a estar tranquilo por períodos más prolongados,



empiece a ver si le gusta que la manta que lo envuelve esté más suelta o más ajustada, o si a veces prefiere no estar envuelto.

- Luego de regresar a casa, asegúrese de llevar al bebé a todas las citas con el proveedor de cuidado de la salud. Esto ayudará a asegurar que el crecimiento y el aprendizaje del bebé vayan por buen camino. Su proveedor podría recomendar una intervención temprana u otro programa de seguimiento. Estos programas pueden ayudarla a aprender sobre el desarrollo del bebé y enseñarle las mejores maneras de jugar con su bebé para asegurarse de que todo esté bien.

Consejos para cuidar a bebés con abstinencia

- Es muy importante que le demuestre amor a su bebé y que aprenda a reconocer sus necesidades.
- Cuídese para poder estar disponible cuando su bebé realmente la necesite. Tome descansos y pídale ayuda a otras personas de vez en cuando.
- Siga todas las instrucciones del proveedor de cuidado de la salud para cuidar a su bebé y a usted misma.
- Si está en un programa de tratamiento por drogas, siga participando todo el tiempo que el proveedor de cuidado de la salud se lo indique. Si el proveedor dice que necesita participar en un programa, hágalo.
- Mantenga la calma y el silencio en cercanía del bebé.
- Envuelva, meza suavemente, balancee o utilice el contacto piel con piel con su bebé.
- Hable con su bebe con suavidad y gentileza.

Contactos clave

El nombre y la información de contacto de mi proveedor de cuidado de la salud:

El nombre y la información de contacto de mi enfermero:

Otros contactos:

Cuidar a su bebé también significa cuidar de sí misma, desde seguir las órdenes de su proveedor de cuidado de la salud hasta mantenerse al día con el plan de tratamiento.

Recuerde, ¡estamos aquí para ayudarla a usted y a su familia!

Cuando tenga preguntas sobre la salud, comuníquese con un enfermero las 24 horas del día, los 7 días de la semana en nuestra Nurse Line (Línea de enfermería) al **1-844-405-4295 (TTY 711).**



Notas

Puede usar el espacio a continuación para escribir lo que funciona mejor cuando cuida del bebé. Los bebés todo el tiempo expresan cómo se sienten usando sus cuerpos y voces para comunicarse.

¿Cómo me doy cuenta si el bebé está molesto?

¿Cómo me doy cuenta si el bebé está feliz?

¿Qué parece relajar al bebé?

¿De qué otras maneras puedo ayudar al bebé?

Usted tiene un papel importante en la recuperación de su bebé.

Ayudar al bebé a estar tranquilo y cómodo es uno de los mejores remedios que le puede dar.

Si tiene alguna pregunta, hable con el proveedor de cuidado de la salud. Si se comunica fuera del horario de atención o si no sabe a quién llamar, puede hablar con un enfermero registrado las 24 horas del día, los 7 días de la semana a través de nuestra Nurse Line al

1-844-405-4295 (TTY 711).





Si se muda o cambia su información de contacto:

- Debe comunicarse con Arkansas Department of Human Services al 1-501-682-1001 (TTY 1-501-682-8933).
- Luego, debe iniciar sesión en 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.

Servicios al Miembro y Nurse Line: 1-844-405-4295 (TTY 711)

www.summitcommunitycare.com

Esta obra se deriva de "Síndrome de abstinencia neonatal: una guía para familias" 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.

¿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).