



Síndrome de abstinencia neonatal: Guía para las familias

Cómo cuidar a su nuevo bebé durante
el tiempo de abstinencia

CLEAR
HEALTH ALLIANCE

Offered by  **Simply**
healthcare

¡Felicitaciones por el nacimiento de su nuevo bebé!

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

Algunos bebés necesitan cariño adicional, incluyendo aquellos que nacen con el síndrome de abstinencia neonatal (NAS), el cual es similar a abstinencia de medicamentos o drogas en los adultos. Esto sucede cuando el bebé nace y de repente lo aíslan de los medicamentos o las drogas en el cuerpo de la mamá. Dentro de uno a cinco días, el bebé puede comenzar a mostrar señales de que hay algo malo.

Es difícil saber cuáles bebés tendrán NAS. Algunos bebés lo tendrán aun cuando sus madres solo tomaron dosis pequeñas de medicamentos por un breve periodo durante el embarazo. Otros pueden mostrar señales porque sus madres tomaron grandes cantidades de drogas por un largo tiempo mientras estaban embarazadas. Incluso los bebés cuyas madres tomaron sus medicamentos exactamente como se los recetó su proveedor de cuidado de la salud pueden tener NAS. Sin importar el motivo, esta guía le ayudará a aprender acerca del NAS y cómo ayudar a que su bebé esté sano.



Contenido

¿Qué es el síndrome de abstinencia neonatal (NAS)?

- ¿Cuándo mostrará mi bebé señales del NAS? 2
- ¿Qué sucederá si mi bebé está en abstinencia? 2
- ¿Cuáles son las señales del NAS? 2

Tratamiento para bebés con NAS — amor, abrazos y cuidados

- ¿Cómo puedo ayudar a mi bebé? 3
- ¿Necesita medicamentos mi bebé? 3
- ¿Qué pasa si mi bebé necesita medicamentos? 4
- ¿Cuánto tiempo necesitará tratamiento mi bebé? 4
- ¿Cuándo puede abandonar el hospital mi bebé? 4

Qué debe esperar cuando su bebé abandone el hospital

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

Formas para apoyar y cuidar a su bebé

- Consejos para cuidar bebés que sufren abstinencia 6

Contactos claves 7

Notas 8



¿Qué es el síndrome de abstinencia neonatal (NAS)?

¿Cuándo mostrará mi bebé señales del NAS?

La mayoría de los bebés muestran señales de abstinencia, o NAS, entre uno a cinco días después del nacimiento. El momento que toma para que las señales aparezcan puede depender de:

- Qué clase de medicamento o droga tomó la madre durante el embarazo
- Cuánto del medicamento o la droga tomó la madre
- Cuánto tiempo se tomó la droga
- Si la madre también usó otras clases de sustancias, como alcohol, tabaco, medicamentos o drogas

Es muy importante contarles a su enfermera y a los proveedores de cuidado de la salud de su bebé acerca de todos los medicamentos y drogas usadas durante su embarazo. Esto los ayudará a tratar a su bebé.



¿Qué sucederá si mi bebé está en abstinencia?

Poco tiempo después del nacimiento de su bebé, las enfermeras buscarán ciertas señales. La enfermera le dará a su bebé una “puntuación” dependiendo de cuáles señales del NAS están presentes. Su bebé será calificado cada pocas horas hasta que esté listo para irse a casa. La puntuación ayuda a los proveedores de cuidado de la salud a decidir qué clase de tratamiento necesita su bebé para mejorarse. Las enfermeras le explicarán la puntuación. Si hay algo que no esté claro, pida más información hasta que sus preguntas sean respondidas.

¿Cuáles son las señales del NAS?

- Llantos agudos o irritabilidad
- Rigidez en brazos, piernas y espalda
- Problemas para dormir
- Sacudidas, temblores o chupar mucho
- No comer bien o problemas para chupar
- Vómitos debido a sobrealimentación o irritabilidad
- Respiración rápida y/o congestión nasal
- Estornudar o bostezar mucho
- Irritación en el área del pañal debido a heces sueltas y acuosas
- Irritación en la cara, la parte de atrás de la cabeza, los brazos y/o las piernas debido a inquietud
- Poco aumento de peso después de unos cuantos días de vida

Aunque es raro, el NAS también puede llevar a espasmos (llamados también convulsiones). Son difíciles de detectar y pueden durar segundos o minutos. Su bebé puede comenzar de repente a sacudir sus brazos y piernas o puede ponerse tieso. También puede ver ojos en blanco, mirada fija, relamerse los labios, chupar o un cambio en el color de la piel.

Tratamiento para bebés con NAS — amor, abrazos y cuidados

Si su bebé muestra señales de abstinencia, el amor y los cuidados es parte de la mejor medicina. La combinación de cariños, abrazos, sostener a su bebé cerca y, en algunos casos, los medicamentos pueden ayudar a su bebé.

¿Cómo puedo ayudar a mi bebé?

Ya sea que su bebé necesite o no medicamentos, usted puede ayudarlo:

- Manteniéndose cerca de su bebé
- Continuamente abrazar y envolver a su bebé
- Haciendo contacto con la piel de su bebé
- Meciendo suavemente a su bebé
- Aprendiendo masajes infantiles
- Escuchando música suave
- Alimentando a su bebé siempre que parezca que tiene hambre
- Manteniendo las cosas silenciosas y en calma alrededor de su bebé (pocos visitantes, sin ruidos, sin luces brillantes)



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



¿Necesita medicamentos mi bebé para mejorarse?

A veces el cariño, los abrazos y los cuidados no son suficientes para ayudar a su bebé a mejorarse. Si su bebé tiene muchas señales fuertes de abstinencia, su proveedor de cuidado de la salud también puede recetarle medicamentos para ayudar. Los medicamentos que con mayor frecuencia les dan a los bebés que tienen NAS son morfina y metadona. A veces se añaden otros medicamentos para ayudar a su bebé durante este tiempo. Su proveedor de cuidado de la salud puede explicar los medicamentos de su bebé con mayor detalle.

¿Qué pasa si a mi bebé le dan medicamentos para el NAS?

- Los medicamentos como la morfina o la metadona ayudarán a su bebé a estar calmado y cómodo.
- Los medicamentos reducirán el riesgo de su bebé de tener espasmos.
- A medida que su bebé mejora, la dosis de medicamentos puede ser reducida lentamente y luego suspendida.



¿Cuánto tiempo necesitará tratamiento mi bebé?

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



¿Cuándo puede abandonar el hospital mi bebé?

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

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

Durante la hospitalización de su bebé, las señales del NAS se reducirán. Su bebé será dado de alta cuando haya poco riesgo de problemas graves.



Qué debe esperar cuando su bebé abandone el hospital

El apoyo de los padres y familiares puede marcar una gran diferencia en la rapidez con que un bebé con NAS se mejore. Los bebés pueden continuar teniendo síntomas leves de abstinencia por hasta seis meses después de abandonar el hospital.

Una vez en casa, su bebé puede tener aún los siguientes síntomas:

- Problemas de alimentación
- Lenta subida de peso
- Irritabilidad
- Problemas para dormir
- Estornudos, congestión nasal y problemas para respirar



El proveedor de cuidado de la salud de su bebé le enseñará formas de cuidar a su bebé. También le mostrarán cómo puede ayudar a su bebé si él o ella está teniendo alguno de los problemas de arriba. Practique cuidar a su bebé mientras está en el hospital para que esté más cómoda en casa.

Hacer preguntas la ayuda a ayudar a su bebé

Si tiene alguna pregunta o duda acerca de su bebé cuando esté en casa o si algo parece no estar bien, hable con el proveedor de cuidado de la salud de su bebé. Es importante sentirse cómoda cuidando a su bebé. Hacer preguntas — cualquier pregunta — *la ayuda a ayudar a su bebé.*

Cuando el bebé llega a casa, el viaje continúa

Recuerde, los bebés lloran mucho y los bebés con NAS tienden a llorar con mayor frecuencia y facilidad. Ayudarse usted misma y controlar su estrés la ayudará a cuidar a su bebé.

- Instálese en una habitación silenciosa y con poca luz para alimentar a su bebé.
- Meza o balancee suavemente a su bebé para calmarlo. (No camine o balancee a su bebé mientras lo alimenta).
- Recuerde poner a dormir a su bebé con seguridad, sobre su espalda, en una cuna sin superficies suaves. No es seguro dormir en la misma cama con su bebé.
- Si se siente molesta, apártese y respire profundamente durante unos cuantos minutos.
- Nunca sacuda a su bebé o le ponga algo sobre la cara para callarlo. Esto puede ocasionar un daño grave.
- Llame a un familiar, amigo o al proveedor de cuidado de la salud de su bebé si se siente molesta, enojada, asustada o si solo necesita ayuda. Hay momentos en que todos necesitamos ayuda.



Formas para apoyar y cuidar a su bebé

Los padres y cuidadores de un bebé que tiene NAS pueden ayudar al bebé a mejorarse.

Estas son algunas cosas que puede hacer:

- Haga que su bebé se sienta cómodo estableciendo una rutina, permitiendo que pocas personas hagan visitas, hablando suavemente y manteniendo la habitación silenciosa y con poca iluminación. Apague el televisor o la radio, voltee su teléfono o apáguelo y reduzca la intensidad de las luces.
- Permita que su bebé duerma todo lo necesario y sin despertarlo de repente.
- Haga que el tiempo de alimentación sea silencioso y calmado y sáquele los gases al bebé con frecuencia.
- Aprenda a detectar las señales de “Estoy molesto” de su bebé, ya sea bostezar, estornudar, sacudirse, llorar o fruncir el ceño. También conozca las señales de que su bebé está contento, hambriento o relajado.
- Cuando su bebé esté molesto, deje de hacer lo que está haciendo, abrace a su bebé en contacto con la piel o envuélvalo suavemente en una manta en su pecho.
- Suave y lentamente preséntele nuevas cosas a su bebé una a la vez. Permítale a su bebé que se calme antes de intentar algo nuevo o balancéelo o mézalo suavemente.



- También puede usar masaje infantil u otras cosas que aprendió en el hospital para calmar a su bebé. Cada bebé es distinto. Use lo que funcione 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 pruebe no envolverlo con tanta frecuencia.
- Asegúrese de llevar a su bebé a todas las citas con el proveedor de cuidado de la salud una vez que esté en casa. Esto ayudará a garantizar que el crecimiento y el aprendizaje de su bebé se mantengan por el buen camino. Su proveedor puede recomendar una Intervención temprana u otro programa de seguimiento. Estos programas pueden ayudarla a aprender acerca de desarrollo infantil y mostrarle las mejores formas de jugar con su bebé para asegurarse de que todo vaya bien.

Consejos para cuidar bebés que sufren abstinencia

- Amar a su bebé y aprender a detectar sus necesidades requiere mucho tiempo.
- Cuídese usted misma para que pueda estar disponible cuando su bebé realmente la necesite. Tome descansos y a veces pida ayuda a otras personas.
- Siga todas las instrucciones del proveedor de cuidado de la salud para cuidar a su bebé y cuidarse usted misma.
- Si está en un programa de tratamiento para drogas, quédese todo el tiempo que le diga su proveedor de cuidado de la salud. Si su proveedor dice que usted debe estar en uno, vaya.
- Mantenga las cosas calmadas y silenciosas alrededor de su bebé.
- Envuelva en una manta, meza o balancee suavemente, o use contacto piel a piel con su bebé.
- Hable con su bebé de manera suave y delicada.



Contactos claves

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

El nombre y la información de contacto de mi enfermera:

Otros contactos:



Cuidar de su bebé también implica cuidarse usted misma, desde seguir las órdenes de su proveedor de cuidado de la salud hasta mantener su plan de tratamiento.



¡Recuerde, siempre estamos a su disposición para ayudarle a usted y a su familia!

Notas

Puede usar el espacio a continuación para anotar lo que funciona mejor cuando está cuidando a su bebé. Los bebés le dicen cómo se sienten usando sus cuerpos y voces para comunicarse todo el tiempo.

¿Cómo sé cuándo mi bebé no está contento?

¿Cómo sé cuándo mi bebé está contento?

¿Qué parece relajar a mi bebé?

¿En qué otra forma puedo ayudar a mi bebé?



Usted
juega un rol
importante en
ayudar a su bebé
a mejorarse.

Ayudar a su bebé a permanecer en calma y cómodo es parte de la mejor medicina que usted puede proporcionar.

Si tiene alguna duda, pregúntele a su proveedor de cuidado de la salud. Si es después de horas laborales o no está segura de a quién llamar, puede comunicarse con una enfermera certificada las 24 horas del día, los siete días de la semana en nuestra 24-hour Nurse HelpLine (Línea de ayuda de enfermería de 24 horas) de Clear Health Alliance al 1-844-406-2398 (TTY 711).



CLEAR

HEALTH ALLIANCE

Offered by  **Simply**
healthcare

Servicios para Afiliados o 24-hour Nurse HelpLine (Línea de ayuda de enfermería de 24 horas):
1-844-406-2398 (TTY 711)

www.clearhealthalliance.com/member

Clear Health Alliance cumple con las leyes federales de derechos civiles. No discriminamos a las personas por estos motivos: Raza • Color • Nacionalidad • Edad • Discapacidad • Sexo o identidad de género

¿Necesita ayuda con su cuidado de la salud, para hablar con nosotros o leer lo que le enviamos? Llámenos a la línea gratuita al 1-844-406-2398 (TTY 711) para recibir esto gratuitamente en otros idiomas o formatos.

Do you need help with your health care, talking with us, or reading what we send you? Call us toll free at 1-844-406-2398 (TTY 711) to get this for free in other languages or formats.

Èske ou bezwen èd ak swen sante ou, èd pou pale ak nou, oswa pou li sa nou voye ba ou? Rele nou gratis nan 1-844-406-2398 (TTY 711) pou w jwenn sa gratis nan lòt lang oswa nan lòt fòm.

Vous avez besoin d'aide pour vos soins de santé, pour communiquer avec nous ou pour lire les documents que nous vous envoyons? Appelez-nous à notre numéro gratuit 1-844-406-2398 (TTY 711) afin d'obtenir ceci gratuitement dans d'autres langues ou formats.

Ha bisogno di supporto con l'assistenza sanitaria, per parlare con noi oppure leggere ciò che le abbiamo inviato? Ci contatti al numero gratuito 1-844-406-2398 (TTY 711) per ottenere supporto senza costi aggiuntivi in altre lingue o formati.

Вам нужна помощь с медицинским обслуживанием, консультацией или материалами, которые мы вам прислали? Позвоните нам по бесплатному номеру 1-844-406-2398 (TTY 711) чтобы получить эти материалы на другом языке или в другом формате.

Este trabajo es un derivado de *Neonatal Abstinence Syndrome: A Guide for Families* por el Ohio Perinatal Quality Collaborative. Este contenido está autorizado bajo una Licencia de atribución no comercial de Creative Commons.