

Síndrome de Abstinencia Neonatal

Lo que necesita saber

UWNQC
Utah Women & Newborns Quality Collaborative

mihp.utah.gov/uwnqc

Índice

Síndrome de abstinencia neonatal (NAS, por sus siglas en inglés).....	2
¿En qué momento dará mi bebé señales de NAS?	2
¿Cuáles son las señales de NAS?	2
¿Dónde vamos a estar yo y mi bebé mientras que lo/la monitorean?	3
¿Cómo puedo ayudar a mi bebé?	3
Cómo envolver a su bebé	3
¿Necesita mi bebé medicación para mejorar?	4
¿Qué sucede si mi bebé recibe medicación para el NAS?	4
¿Por cuánto tiempo necesitará un tratamiento mi bebé?	4
¿Por cuánto tiempo tendrá síntomas mi bebé?	4
¿Puedo amamantar a mi bebé?	5
¿Qué debo hacer si mi bebé padece de NAS?	5
¿Cuándo puedo llevar a mi bebé a casa?	6
¿Tendrá problemas mi bebé luego de ir a casa?	6
¿Cómo puedo cuidar de mi bebé y de mí en casa?	7
Hacer preguntas le ayuda a ayudar a su bebé	7
Formas de apoyar y cuidar de su bebé.....	8
Formas adicionales para calmar y ayudar a su bebé	9
Contactos principales	11
Notas	12

Agradecemos el poder haber adaptado este material con permiso de la organización Illinois Perinatal Quality Collaborative, que trabajó con el centro Dartmouth-Hitchcock Medical Center y la organización Ohio Perinatal Quality Collaborative.

Síndrome de abstinencia neonatal (NAS, por sus siglas en inglés)

¡Felicitaciones por el nacimiento de su bebé! Este es un momento feliz para usted, pero todos los padres afrontan desafíos durante el primer año de vida de sus bebés. Algunos bebés requieren de atención adicional, y eso incluye a aquellos que nacieron con síndrome de abstinencia neonatal (NAS, por sus siglas en inglés). El NAS ocurre cuando el bebé experimenta síntomas de abstinencia similares a los síntomas que podría presentar un adulto. Esto sucede cuando el bebé nace y súbitamente deja de recibir la medicación o las drogas que obtenía del cuerpo de su madre. En una ventana de 1 a 5 días, el bebé puede comenzar a mostrar señales de que algo anda mal.

Es difícil saber qué bebés sufrirán de NAS. Algunos bebés tendrán el síndrome a pesar de que sus madres hayan consumido dosis pequeñas de medicación durante un lapso corto en el embarazo. Otros podrán mostrar síntomas porque sus madres consumieron grandes cantidades de drogas durante mucho tiempo durante su embarazo. Sin importar el motivo, esta guía se creó para ayudarle a conocer más acerca del NAS y de cómo ayudar a que su bebé sea sano.

Usted juega un rol importante a la hora de ayudar a su bebé a mejorar. Preste atención a las necesidades de su bebé. Una de las mejores medicinas para su bebé es ayudarle a tener calma y estar cómodo. Si es posible, duerma en la misma habitación que su bebé o manténgase lo más cerca posible de su bebé, a modo de poder participar en su cuidado.

¿En qué momento dará mi bebé señales de NAS?

El tiempo que toma desplegar síntomas puede depender de:

- Durante cuánto tiempo está activa la medicación o la droga en el cuerpo de la madre
- La dosis de la medicación
- Si se consumieron otras drogas o sustancias a la vez, como ser nicotina, opioides o narcóticos que no fueron recetados a la madre

¿Cuáles son las señales de NAS?

- Llanto agudo / irritabilidad
- Temblor / estremecimiento
- Dificultad para dormir
- Nariz tapada / estornudos
- Bostezo
- Dificultad para mamar causada por problemas para succionar
- Brazos, piernas y espalda rígidos
- Vómitos / diarrea
- Poco aumento de peso luego del 4to día de vida
- Respiración acelerada
- Erupciones en la piel, en especial en la zona del pañal o en el rostro

Su enfermera recolectará la primera deposición de su bebé (llamada meconio) para que sea evaluada en el laboratorio. Asimismo, es posible que se recolecte una muestra de orina o del cordón umbilical de su bebé.

¿Dónde vamos a estar yo y mi bebé mientras que lo/la monitorean?

Si es posible, es importante que permanezca en la misma habitación que su bebé en el hospital. Esto ayudará a asegurar que usted esté cerca de su bebé cuando llora o está quisquilloso, para que usted pueda cargar y consolar a su bebé. Si su bebé solo debe ser monitoreado durante 2 días, usted y su bebé podrán recibir atención en su habitación. Si su bebé debe ser monitoreado por más tiempo, haremos lo posible por que usted y su bebé estén en la misma habitación.

Si su bebé muestra síntomas de abstinencia y requiere tratamiento con medicación, él o ella permanecerá en el hospital. Haremos lo posible por que usted y su bebé puedan estar juntos, y la alentaremos para que se mantenga tan cerca de su bebé como sea posible. Esto le ayudará a cuidar de su bebé durante su período de abstinencia.

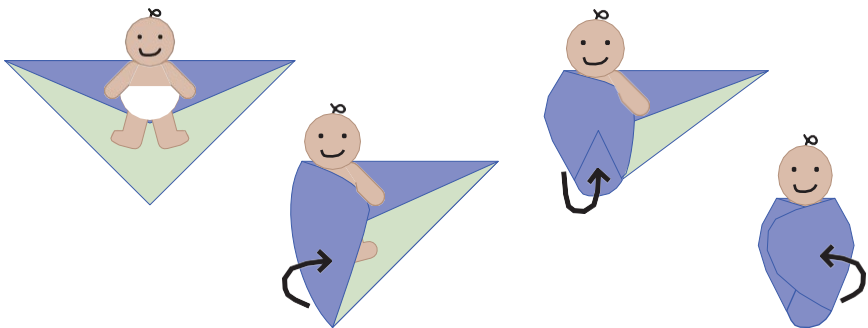
¿Cómo puedo ayudar a mi bebé?

Sin importar que su bebé necesite o no medicación, usted puede ayudar:

- Permaneciendo cerca de su bebé
- Cargar y envolver a su bebé continuamente
- Hacer contacto piel con piel con su bebé
- Alimentar a su bebé siempre que parezca tener hambre
- Mantener el entorno de su bebé calmado y silencioso (pocas visitas, sin ruido ni luces brillantes)
- Amamantarlo

Su enfermera le puede enseñar cómo envolver al bebé si usted necesita practicar o no sabe cómo hacerlo. Si tiene alguna pregunta, no dude en hacerla.

Cómo envolver a su bebé



¿Necesita mi bebé medicación para mejorar?

Si su bebé muestra múltiples síntomas fuertes de abstinencia, es posible que su médico le indique medicación para ayudarle. Lo más común es que se recete morfina o metadona como medicación para bebés con NAS. Algunas veces es posible añadir otras medicaciones para ayudar a su bebé durante este período. Su médico o enfermera puede explicarle más acerca de la medicación de su bebé.

¿Qué sucede si mi bebé recibe medicación para el NAS?

- Las medicaciones tales como la morfina o la metadona ayudarán a que su bebé se sienta más cómodo.
- Su bebé podrá recibir medicación en base a sus necesidades, o bien recibirla de forma programada cada algunas horas.
- A medida que su bebé mejora, se bajará lentamente la dosis de la medicación hasta suspenderla.

¿Por cuánto tiempo necesitará un tratamiento mi bebé?

El NAS puede durar entre una y muchas semanas. Es difícil saber cuánto durará. El tiempo que dure la abstinencia dependerá de la medicación o las drogas a las que su bebé estuvo expuesto durante su embarazo y de la cantidad a la que estuvo expuesto.

¿Por cuánto tiempo tendrá síntomas mi bebé?

El NAS puede durar entre una semana y varios meses. Es difícil saber cuánto durará. El tiempo que dure la abstinencia dependerá de la medicación o las drogas a las que su bebé estuvo expuesto. También depende de que cantidad de medicación o drogas estuvo expuesto su bebé durante su embarazo.

Es importante que le diga a su prestador de atención médica a qué drogas y medicación estuvo expuesto su bebé durante su embarazo.

¿Puedo amamantar a mi bebé?

Si así lo aconseja su médico, amamantar puede ayudar a su bebé . En general, no hay riesgo en que las madres den de mamar a sus hijos si se encuentran en un programa de tratamiento estable, incluso si están tomando la medicación recetada por un médico o enfermera, e incluso si esa medicación está recetada para la abstinencia a las drogas . La lactancia no es segura en madres que no se encuentran en un programa de tratamiento, o que continúan consumiendo alcohol o drogas ilícitas. Hable con su médico acerca de la lactancia y de la medicación que puede estar tomando . Hable con su médico acerca de opciones de tratamiento para adicción a los opioides.

Durante la lactancia, es muy importante que no tome ninguna otra medicación salvo que el pediatra de su bebé le indique que es seguro consumir esa medicación. Si usted sigue consumiendo drogas o medicación ilícitas (medicación recetada para otra persona) o las consumirá, lo mejor es no amamantar. Esto se debe a que el riesgo para su bebé es demasiado alto.



¿Qué debo hacer si mi bebé padece de NAS?

Al principio, su bebé necesitará de mucha atención. Es posible que él o ella esté irritable y sea difícil calmarle, pero no se dé por vencida y siga intentando calmar a su bebé. Usted tiene todo lo que su bebé necesita.

Para los padres puede ser estresante que su bebé llore mucho . Muchos padres describen el período de abstinencia de su bebé como una montaña rusa de emociones. Entendemos que este es un período muy estresante y lleno de emociones . Pero sienta consuelo pensando en que todos tenemos el mismo objetivo: ayudarlo a usted y a su bebé a sobrellevar la abstinencia para que puedan volver a casa lo antes posible. Pida ayuda a sus amigos y familiares para poder tomar los descansos y tener el apoyo que necesita.

¿Cuándo puedo llevar a mi bebé a casa?

El equipo médico a cargo de su bebé le ayudará a decidir cuándo es seguro llevar a su bebé a casa, y le enseñarán cómo cuidar de su bebé.

Su bebé está listo para ir a casa cuando:

- Se completó el monitoreo del bebé, lo que depende de la medicación que usted consumía durante el embarazo.
- En caso de haber comenzado un tratamiento con medicación, ya no la necesita.
- Se alimenta sin problemas.
- Logra mantener una frecuencia cardíaca, frecuencia respiratoria y temperatura estables.
- Se han programado derivaciones para apoyo comunitario, como ser de una enfermera que hace visitas domiciliarias.
- Tiene un prestador de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) y tiene agendada una visita de seguimiento.
- Completó todo el cuidado de salud del recién nacido (prueba de audición, vacuna contra la hepatitis B, examen de sangre al recién nacido).

Si su bebé estuvo en el CTI pediátrico, será especialmente importante que usted pase la mayor cantidad de tiempo posible cuidando de su bebé sola antes de irse a casa. Esto le ayudará a sentirse cómoda y confiada a la hora de cuidar a su bebé en su casa.

¿Tendrá problemas mi bebé luego de ir a casa?

Es posible que los síntomas de NAS persistan durante más de una semana e incluso durante varios meses. Durante este tiempo, los síntomas comenzarán a desaparecer. Se le dará de alta a su bebé cuando el riesgo de que tenga problemas graves en casa sea mínimo.

Una vez en su casa, es posible que su bebé experimente:

- Problemas para alimentarse.
- Suba de peso muy lenta.
- Patrones de mal sueño.
- Estornudos o nariz tapada.

El médico y la enfermera de su bebé le enseñarán formas de cuidar de su bebé. También le enseñarán cómo puede ayudar a su bebé si él o ella experimenta alguno de los problemas que aparecen en la lista anterior. Mientras está en el hospital, practique distintas formas de cargar a su bebé. Aprenderá qué le gusta a su bebé. Si tiene preguntas, consulte al médico o a la enfermera de su bebé. Sentimos que toda pregunta que pueda tener es importante. Queremos que se sienta cómoda cuidando de su bebé en el hospital y en su casa.

¿Cómo puedo cuidar de mi bebé y de mí en casa?

Recuerde que los bebés lloran mucho y que los bebés con NAS tienden a llorar más seguido y con más facilidad. Ayudarse a usted misma y controlar su estrés le ayudará a cuidar de su bebé.

- Cuando amamante a su bebé, hágalo en una habitación silenciosa y con luces bajas.
- Meza a su bebé o muévelo en un balanceo gentil para calmarlo. (No camine ni balancee a su bebé cuando lo esté amamantando).
- Si se molesta, retírese y respire profundo algunas veces durante algunos minutos.
- No sacuda a su bebé ni cubra el rostro de su bebé con nada para que haga silencio.
- Llame a un familiar, amigo o al médico o la enfermera de su bebé si se siente molesta, enojada, asustada o simplemente si necesita ayuda. Todos necesitamos ayuda a veces.

Hacer preguntas le ayuda a ayudar a su bebé

Si cuando está en su casa tiene preguntas o preocupaciones sobre su bebé, o si algo parece andar mal, hable con el médico o la enfermera de su bebé. Es importante que se sienta cómoda cuidando de su bebé y haciendo preguntas: todas las preguntas le ayudan a ayudar a su bebé.



Formas de apoyar y cuidar de su bebé

Los padres y proveedores de cuidado de un bebé con NAS pueden ayudar a que el bebé mejore.

A continuación, compartimos algunas cosas que puede hacer:

Cree un entorno cómodo para su bebé, preparando una rutina, recibiendo pocas visitas, hablando en voz baja, manteniendo el silencio y las luces bajas en la habitación (apague el televisor o la radio, baje el volumen de su teléfono o apáguelo y baje las luces).

Deje que su bebé duerma tanto como sea necesario y sin ser despertado repentinamente.

Procure que el tiempo de amamantar sea tranquilo y calmo, y haga eructar a su bebé a menudo.

Aprenda a detectar las señales de “estoy molesto” que da su bebé, ya sea que él o ella bostece, estornude, se sacuda, llore o frunza el ceño. Asimismo, conozca las señales que indican que su bebé está feliz, tiene hambre o está relajado.

Cuando su bebé está molesto, deje de hacer lo que está haciendo, sostenga a su bebé piel a piel o envuelva gentilmente a su bebé en una manta sobre su pecho. Deje que su bebé se calme antes de intentar nada nuevo, o meza o balancee a su bebé con cuidado.

Introduzca cosas nuevas para su bebé con cuidado y despacio, una cosa a la vez.

A medida que su bebé logra estar calmado durante períodos más largos, comience a probar si a él o ella le gustaría que la manta estuviera envuelta más floja o si le gustaría no usar la manta.

Formas adicionales para calmar y ayudar a su bebé

Comportamiento

Sugerencias para calmar

Llanto agudo y prolongado (un llanto que dura mucho tiempo o es más alto de lo normal)

- Sostenga a su bebé bien cerca de su cuerpo, piel con piel o envuelto en una manta.
- Baje los ruidos altos, las luces brillantes y el trato excesivo.
- Meza a su bebé o muévelo en un balanceo gentil mientras tararea o canta.

Insomnio (problemas para dormir)

- Reduzca el ruido, las luces brillantes, el acariciar o tocar al beber demasiado.
- Ponga música baja y calma.
- Meza a su bebé o muévelo en un balanceo gentil mientras tararea o canta.
- Cambie el pañal de su bebé si está húmedo o sucio.
- Verifique si tiene dermatitis del pañal y trátela con una loción o un ungüento, tal como Vaseline®, A&D®, o Desitin®.

Succión excesiva de los puños (se chupa mucho los puños)

- Alimente a su bebé cuando tiene hambre y hasta que esté contento.
- Ofrézcale un chupete o su dedo si su bebé quiere succionar algo pero no tiene hambre.
- Cubra las manos del bebé con mitones o mangas si la piel le queda en carne viva.
- Mantenga limpias las áreas de piel lastimada.
- Evite colocar lociones o cremas en las manos del bebé, ya que puede chuparlas y tragar estos productos.

Alimentación dificultosa o insuficiente (problemas para comer)

- Alimente a su bebé cuando tiene hambre y hasta que esté contento.
- Si su bebé tiene dificultades para escupir, alimente a su bebé en menos cantidad y más seguido.
- Alimente a su bebé en un lugar calmo y silencioso.
- Limite la cantidad de visitas para que su bebé no pase de mano en mano demasiado.
- Alimente a su bebé despacio.
- Permita que su bebé descanse un poco entre comida y comida.
- Ayude a su bebé a comer, sosteniendo sus mejillas y quijada (si lo necesita).

Formas adicionales para calmar y ayudar a su bebé

Comportamiento

Sugerencias para calmar

Estornudos, nariz tapada

- Mantenga la nariz y boca de su bebé limpias con un paño suave.

Problemas para respirar

- Evite ponerle demasiado ropa al bebé o envolverlo de forma muy ajustada.
- Siempre procure que su bebé duerma boca arriba, nunca boca abajo.
- Llame al proveedor de asistencia de su bebé si él o ella tiene problemas para respirar (respira muy rápido, con dificultad, con ruido, y/o si su piel tiene un color un poco azulado).

Escupir

- Haga que su bebé eructe cada vez que él o ella termina de mamar.
- Sostenga a su bebé erguido por un tiempo luego de que lo alimenta.
- Mantenga la ropa y la ropa de cama del bebé limpias de escupidas.

Temblo

- Mantenga a su bebé en un cuarto cálido y silencioso.
- Evite mover demasiado al bebé durante las rutinas de cuidado o cuando tiene visitas.

Fiebre

- No le ponga demasiada ropa al bebé o lo cubra demasiado.
- Si la temperatura del bebé es mayor a 100° F, contacte al médico de su bebé.



Contactos principales

El nombre de mi médico y su información de contacto:

Otros contactos:

Cuidar de su bebé también implica cuidar de usted misma, desde seguir las órdenes de su médico a observar su plan de tratamiento. Recuerde: ¡estamos aquí para ayudarla a usted y a su familia!

Notas

Los bebés usan sus cuerpos y voces para comunicarse todo el tiempo. Anote aquello que parece hacer feliz a su bebé y aquello que parece hacerlo infeliz. Asimismo, anote las mejores maneras de calmar a su bebé.

¿Cómo sé que mi bebé no está feliz?

¿Cómo sé que mi bebé está feliz?

¿Qué parece relajar a mi bebé?

¿De qué otro modo puedo ayudar a mi bebé?



Agradecemos el poder haber adaptado este folleto del material de la organización *Illinois Perinatal Quality Collaborative* y del Departamento de Salud Pública de Illinois.