

Consumo de Drogas Durante el Embarazo¹

Durante el embarazo, el cuerpo cambia de muchas maneras, algunas visibles y otras invisibles. Estos cambios internos pueden afectar la forma en que el cuerpo absorbe los medicamentos. Y la placenta, el órgano que se desarrolla en tu cuerpo para alimentar al bebé en crecimiento, transmite sustancias de tu organismo al bebé. Algunos medicamentos pueden utilizarse durante determinados trimestres y no ser seguros durante otros. Las organizaciones como los CDC y la FDA están trabajando para que la información sobre el uso de medicamentos durante el embarazo sea más clara y esté más disponible. Usted y su médico deben hablar de los riesgos y beneficios para usted y su bebé cuando se plantee tomar un medicamento.

Los medicamentos de venta libre son los que puedes comprar sin receta. Los medicamentos de venta libre suelen llevar riesgos para el embarazo en las etiquetas, así que estúdialos con atención. La FDA los formuló en función de los riesgos que presentan durante el embarazo. La razón más común para tomar OTC o medicamentos de venta libre durante el embarazo es el dolor. De las muchas opciones para aliviar el dolor, solo unas pocas se consideran seguras.

Puede que no pienses en tu café o tu Coca-Cola como una droga, pero la cafeína es un estimulante suave y pasa fácilmente a través de la placenta a tu bebé en crecimiento. El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (ACOG) recomienda limitar el consumo de cafeína a menos de 200 miligramos al día durante el embarazo². Eso equivale a unas 12 onzas de café - piensa en un café pequeño en Starbucks o en una taza de café de tamaño normal. Un mayor consumo diario de cafeína se asocia a un mayor riesgo de pérdida del embarazo y problemas de crecimiento fetal.

Medicamentos con Receta

Un medicamento recetado es aquel que su proveedor ordena o prescribe para tratar una condición de salud específica. Algunos medicamentos recetados no son seguros durante el embarazo. Si está tomando algún medicamento recetado cuando se entere de que está embarazada, asegúrese de comunicárselo a su proveedor. Es posible que tenga que interrumpir o cambiar la prescripción durante el embarazo. Lea también la etiqueta del envase. Los efectos secundarios que un medicamento puede tener en su bebé pueden variar en función de la cantidad que tome, el momento del embarazo en que lo tome y otros problemas de salud que pueda tener. Los riesgos pueden incluir aborto espontáneo, muerte fetal, parto **prematureo, bajo peso al nacer y diversos defectos congénitos.**³

Abuso de Medicamentos con Receta (PDA en inglés)

El abuso de medicamentos de prescripción es el uso de medicamentos de prescripción, como analgésicos, estimulantes o sedantes, de una manera diferente a la prevista por el prescriptor. Esto no es saludable y es potencialmente peligroso para cualquiera, pero especialmente para las mujeres embarazadas. Los efectos negativos varían según el tipo de medicamento, pero pueden aumentar el riesgo de malformaciones congénitas y otras complicaciones del embarazo. Si alguna vez sientes la tentación de tomar un medicamento que no te han recetado, o en una dosis o forma que no te han prescrito, deja de hacerlo y habla con tu médico para que te ayude.

Drogas Ilícitas⁴

El consumo de drogas ilegales durante el embarazo no es seguro ni para la madre ni para el bebé. Duplica el riesgo de mortinato y puede causar parto prematuro, bajo peso al nacer o diversos defectos congénitos.

Marihuana⁵-Ya que fumar marihuana aumenta el nivel de monóxido de carbono y dióxido de carbono en la sangre de la madre, reduce el suministro de oxígeno al bebé. La FDA recomienda encarecidamente a las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia que eviten consumir marihuana en cualquiera de sus formas, así como productos que contengan CBD (cannabidiol) o THC (tetrahidrocannabinol)⁶debido a los riesgos potenciales para el bebé.

Estimulantes - Los estimulantes aceleran los sistemas del cuerpo, incluido el ritmo cardíaco, lo que puede afectar al suministro de sangre y oxígeno al bebé. El consumo de cocaína durante el embarazo se asocia a un mayor riesgo de migrañas y convulsiones maternas y a complicaciones con la hipertensión, junto con los otros efectos negativos que ya hemos mencionado. La metanfetamina, otro estimulante, también puede causar problemas de hipertensión y complicaciones en el parto.

Síndrome de Abstinencia Neonatal (SAN)

El síndrome de abstinencia neonatal puede producirse cuando un recién nacido estuvo expuesto regularmente a drogas -legales o ilegales- en el útero. Tras el nacimiento, el suministro de la droga se interrumpe repentinamente y experimenta síntomas de abstinencia. Los síntomas pueden variar en función de la droga, pero pueden incluir temblores, llanto agudo, inquietud, problemas de sueño, rigidez, fiebre y mala alimentación.

El tratamiento del síndrome de abstinencia neonatal depende del tipo y la cantidad de fármacos en el organismo del bebé, y puede incluir la administración de líquidos por vía intravenosa, suplementos alimenticios y medicamentos. Según las investigaciones de los CDC, los niños que nacen con este síndrome tienen más probabilidades de que se les diagnostique un retraso en el desarrollo o trastornos del habla o del lenguaje.

Muchos estados tienen ahora leyes que abordan el abuso prenatal de sustancias. Cuando un recién nacido da positivo en un test de drogas, los profesionales médicos pueden estar obligados a informar a los Servicios de Protección del Menor (en inglés CPS), lo que puede dar lugar a una investigación.

El consumo de drogas durante el embarazo es una situación complicada. Así que vamos a repasar lo que debes hacer:

1. Habla con tu médico sobre todos los medicamentos o fármacos que estés tomando.
2. Infórmate: Lee las etiquetas de los productos, ten en cuenta los efectos secundarios y haz preguntas.
3. Considera alternativas: Explora opciones como el ejercicio suave o remedios seguros para tratar enfermedades o combatir los síntomas del embarazo.
4. Piensa en la salud de tu bebé a largo plazo.

Recursos incluyen:

1. Carroll, D., Carroll, D., Anderson, E., Carter, M., Clark, M., Flynn, E., Johnson, L., Holley, C., Morgan, M., O'bryan, S., Patel, H., & Smiley, J. (n.d.). *Drugs in Pregnancy*. https://jfmo.cchs.ua.edu/files/2013/09/Drugs_Pregnancy.pdf
2. *Moderate Amounts of Caffeine Not Linked to Maternal Health Risks* - Penn Medicine. (2021). [https://www.pennmedicine.org/news/news-releases/2021/november/moderate-amounts-of-caffeine-not-linked-to-maternal-health-risks#:~:text=The%20American%20College%20of%20Obstetricians,%20Dounce%20cups\)%20per%20day](https://www.pennmedicine.org/news/news-releases/2021/november/moderate-amounts-of-caffeine-not-linked-to-maternal-health-risks#:~:text=The%20American%20College%20of%20Obstetricians,%20Dounce%20cups)%20per%20day).
3. *Prescription medicine during pregnancy*. (2022). [Marchofdimes.org. https://www.marchofdimes.org/find-support/topics/pregnancy/prescription-medicine-during-pregnancy](https://www.marchofdimes.org/find-support/topics/pregnancy/prescription-medicine-during-pregnancy)
4. on, I. (2022, May 4). *Substance Use While Pregnant and Breastfeeding* | National Institute on Drug Abuse. National Institute on Drug Abuse. <https://nida.nih.gov/publications/research-reports/substance-use-in-women/substance-use-while-pregnant-breastfeeding#:~:text=Illegal%20Drugs,-Marijuana%20%28Cannabis%29>
5. editor. (2012, April 27). *Using Illegal Drugs During Pregnancy*. American Pregnancy Association. <https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/pregnancy-health-wellness/illegal-drugs-during-pregnancy/>
6. editor. (2021, October 22). *Is CBD Oil Safe During Pregnancy?* American Pregnancy Association. <https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/is-it-safe/cbd-oil-during-pregnancy/#:~:text=It%20states%20on%20it%20website,products%20while%20pregnant%20or%20breastfeeding.%E2%80%9D>
7. *Neonatal Abstinence Syndrome: Symptoms & Causes*. (2022). Cleveland Clinic. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/23226-neonatal-abstinence-syndrome#management-and-treatment>
8. CDC. (2018, August 30). *Key Findings: Children Born with Neonatal Abstinence Syndrome (NAS) May Have Educational Disabilities*. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/pregnancy/features/kf-nas-educational-disabilities.html>