

El trastorno por el uso de opioides
y el embarazo:

**Siguiendo LOS CAMINOS para un
embarazo y parto saludables**

Guía para platicar

**Pasos para ponerlos a usted y a su
bebé en el camino para triunfar**



Índice

Guía para conversar en la reunión de recuperación.....	2
Paso 1: Introducción (5 minutos).....	3
Paso 2: Recopilación de preguntas y opiniones acerca del MOUD (7 minutos).....	3
Paso 3: Medicamentos para el trastorno por el uso de opioides (MOUD en inglés), derechos de la Ley para Estadounidenses con Discapacidades (ADA en inglés) y lactancia con OUD (hasta 20 minutos).....	5
Paso 4: Preparándose (15 minutos)	7
Paso 5: Desarrollando una red de apoyo para después del parto (5 minutos)	8
Paso 6: Resumen y seguimiento (5 minutos)	9
Referencias	10
Recursos.....	10

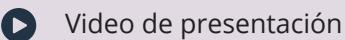


Guía para conversar en la reunión de recuperación

Gracias por encabezar esta importante conversación sobre el embarazo y el trastorno por el uso de opioides (OUD en inglés). Comenzar o continuar el tratamiento para la OUD es una de las decisiones más importantes que pueden tomar los futuros padres. Hay muchas maneras de tener un embarazo y una vida saludables con OUD.

Esta guía ayudará a todos en su reunión de recuperación a encontrar el mejor camino para su trayecto. Planee pasar aproximadamente una hora hablando del embarazo y de la OUD con su grupo.

Materiales:



Video de presentación



Guía para platicar



Folletos imprimibles



Publicaciones en redes sociales (con formato para Instagram y Facebook)



Videos para redes sociales (con formato para canales de redes sociales basados en videos)

Recomendado:

- Computadora portátil, teléfono celular o ambos
- Conexión a internet o acceso a Wi-Fi
- Televisión LED o una con capacidad de duplicar la pantalla o un conector para su computadora
- Pizarra, rotafolio o notas adhesivas para anotar la plática del grupo
- Acceso a una copiadora o impresora. Si lo desea, puede utilizar la opción de impresión en blanco y negro de su fotocopiadora.

Preparándose:

1. Acceda al video de presentación [enlace web] usando su computadora o teléfono celular.
2. Pídale al equipo audiovisual de su organización que ponga una pantalla LED o una televisión en el lugar de su reunión. Es posible que deba conectar su computadora a la pantalla LED con un cable para reproducir el video. Si su televisión tiene capacidades de duplicación de pantalla, es posible que pueda reproducir el video en la televisión con su teléfono celular.
3. Imprima o copie folletos de [enlace web].
4. Elija a alguien para que tome notas de la plática.
5. Reúna marcadores y otros materiales para la persona que tomará notas. Tal vez quiera tener una pizarra, un rotafolio o notas adhesivas.
6. Organice los asientos para fomentar la plática y el intercambio.

Paso 1: Introducción (5 minutos)



Una vez que el grupo se haya reunido, explique lo que se espera durante su reunión. Consideré una introducción como esta. Siéntase libre de cambiarlo con sus propias palabras.

- Hoy, hablaremos sobre el trastorno por el uso de opioides, o la OUD, y hablaremos sobre los caminos que puede tomar para asegurarse de que su embarazo vaya bien y que su bebé esté saludable. Usaremos algunos términos que pueden parecerle desconocidos, en particular MOUD, que significa los medicamentos para el trastorno por el uso de opioides, y el NOWS o el NAS, que significa síndrome de abstinencia de opioides neonatales y síndrome de abstinencia neonatal. Si escucha una abreviatura con la que no está familiarizada, no dude en detenerme y me dará gusto explicarle qué significa.
- El embarazo y la crianza de los hijos pueden generar muchos sentimientos diferentes, ya sea que haya planeado este bebé o no. Por eso estamos aquí. Y a pesar de lo que haya escuchado, estoy aquí para decirle que es absolutamente posible tener un bebé saludable con OUD.
- Hay muchos caminos hacia un embarazo y una vida saludables con OUD. Ninguno de nosotros está aquí para decirle qué hacer. Lo que puedo hacer por usted es brindarle información que le ayudará a hacer las preguntas correctas para que pueda tomar decisiones informadas sobre lo que es correcto para usted y para su bebé.
- Para empezar, voy a poner un breve video sobre una de las madres con OUD y su embarazo. Elegí este video para nosotros porque aborda muchos problemas que pueden surgir durante el embarazo. Otra cosa que me gusta de este video es que describen cómo aprendieron a abogar por ellas y por su bebé. Tomemos unos minutos para verlo y luego hablaremos de ello.

Después de ver el video, hablaremos:

- De lo qué es y de lo qué no es el medicamento para el trastorno por el uso de opioides (MOUD en inglés) durante el embarazo. Hay dos medicamentos para controlar su OUD que han demostrado ser seguros de tomar durante el embarazo y la lactancia.
- Su derecho al MOUD a través de la Ley para Estadounidenses con Discapacidades. Estos derechos aplican si está encarcelado, si está en la corte familiar, si está tratando de ingresar a un programa de tratamiento o si está tratando de conseguir un trabajo. Hay mucho que aprender y hablaremos de eso.
- Preparándose. Hablaremos acerca de los recursos disponibles para que pueda mejorar su acceso a alimentos saludables, vivienda e ingresos estables, si esto le preocupa a usted.
- Desarrollar una red de apoyo durante el embarazo y después del parto. Cuando usted es madre primeriza y está cansada y casi sin dormir, el deseo por opioides y otras drogas pueden intensificarse. Vamos a hablar sobre tener un plan en marcha para estar listos.

Paso 2: Recopilación de preguntas y opiniones sobre el MOUD (7 minutos)



Es posible que su grupo ya tenga algunas opiniones sobre los medicamentos para la OUD (se les conoce como MOUD). También pueden tener preguntas. Puede comenzar la plática pidiéndoles que

compartan sus opiniones y preguntas. Escriba estos comentarios en su pizarra o en notas adhesivas para que el grupo los vea. No responda a sus preguntas ahora; responderemos a sus preguntas durante el paso 3.

Considere una introducción como esta para la plática grupal. Siéntase libre de cambiarlo con sus propias palabras.

- El embarazo con cualquier condición a largo plazo, incluyendo la OUD, implica algunos riesgos. Los riesgos para usted sin tratamiento para la OUD incluyen:
 - Sobredosis
 - Enfermedades cardíacas o infecciones graves como hepatitis (enfermedad hepática) y VIH
 - Violencia entre personas
- Los riesgos para su bebé si no está en tratamiento incluyen:
 - Limitación del crecimiento fetal: es posible que el bebé no crezca como debería
 - Parto prematuro: el bebé puede nacer muy temprano
 - Pérdida del embarazo
- Es posible tener un embarazo saludable con OUD. La decisión más importante que puede tomar para su salud y la de su bebé es continuar o comenzar el tratamiento para la OUD. El tratamiento puede reducir en gran medida estos riesgos.
- Hacer preguntas, tratar su OUD e invertir en su salud son las mejores cosas que puede hacer para proteger y cuidar de usted y de su bebé.

La OUD puede tratarse durante el embarazo con medicamentos. Los medicamentos OUD que son seguros de tomar durante el embarazo incluyen la buprenorfina y la metadona.

Algunas de las preguntas u opiniones que su grupo puede compartir sobre el MOUD pueden incluir:

1. ¿La buprenorfina y la metadona no están cambiando una adicción por otra?
2. ¿No debería disminuir o dejar de tomar buprenorfina o metadona ahora que estoy embarazada?
3. ¿Son seguras la buprenorfina y la metadona para mi bebé?
4. ¿Qué es mejor, la buprenorfina o la metadona?
5. ¿Mi bebé nacerá adicto?
6. ¿Mi bebé sufrirá abstinencia?
7. ¿Qué ocurre si mi bebé llega a sufrir abstinencia?
8. ¿Me quitarán a mi bebé?
9. ¿Pueden los tribunales hacer que deje o cambie mi medicamento OUD?
10. ¿Puedo conseguir un trabajo mientras estoy tomando medicamentos para la OUD?
11. ¿Puedo dar pecho o lactar mientras estoy tomando buprenorfina o metadona?

Si alguien hace una pregunta que usted no puede contestar, escríbala y hágale saber que investigará su pregunta y se pondrá en contacto después. Este recurso de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA en inglés) puede ser útil para usted: <https://store.samhsa.gov/sites/default/files/whole-person-care-pregnant-people-oud-pep23-02-01-002.pdf>.

Paso 3: Medicamentos para el trastorno por el uso de opioides (MOUD en inglés), derechos de la Ley para Estadounidenses con Discapacidades (ADA en inglés) y lactancia con OUD (hasta 20 minutos)

Aquí hay algunas respuestas a las preguntas que su grupo pueda tener sobre el tratamiento del MOUD. Para su referencia, las citas que respaldan estas recomendaciones basadas en la evidencia se incluyen al final de esta guía para platicar.

- 1. ¿La buprenorfina y la metadona no están cambiando una adicción por otra?**
 - Esta es una pregunta muy común. La dependencia física y la adicción no son la misma cosa. Las personas que toman metadona y buprenorfina sufren la abstinencia si dejan de tomarla sin ayuda médica, pero esto no significa que sean adictos. La adicción incluye un comportamiento que dificulta la vida cotidiana. Se ha comprobado que los medicamentos para la OUD, combinada con asesoramiento y apoyo para la recuperación, ayuda a las personas a alcanzar sus objetivos de recuperación a largo plazo.
 - El MOUD puede apoyar con su salud y bienestar sin importar el resultado de su embarazo. Hable con su proveedor de tratamiento para obtener más información.
- 2. ¿No debería disminuir o dejar de tomar buprenorfina o metadona ahora que estoy embarazada?**
 - Mantener los medicamentos para la OUD es importante para usted y para su bebé por nacer.
 - Reducir o suspender dichos medicamentos durante el embarazo puede ponerlos en riesgo a los dos. Hable con su proveedor de tratamiento para obtener más información.
- 3. ¿Son seguras la buprenorfina y la metadona para mi bebé?**
 - La evidencia muestra que la buprenorfina y la metadona son seguras y efectivas para las personas embarazadas. Estar en tratamiento con estos medicamentos tendrá mejores resultados para ambos.
 - No se ha demostrado que la buprenorfina y la metadona aumenten el riesgo de defectos de nacimiento.
- 4. ¿Qué es mejor, la buprenorfina o la metadona?**
 - Los investigadores han comparado qué tan bien funcionan la buprenorfina y la metadona para controlar la OUD durante el embarazo. También han estudiado a los recién nacidos que desarrollan el NOWS o el NAS que han estado expuestos a la buprenorfina y a la metadona.
 - Los expertos están de acuerdo en que el mejor medicamento para tratar su OUD es el que mejor le funcione a usted. Hable con su proveedor de tratamiento para obtener más información.
- 5. ¿Mi bebé nacerá adicto?**
 - Su bebé no nacerá adicto. Es posible que tengan una dependencia física que requiera tratamiento después del parto. Esto no es adicción. La adicción incluye comportamientos que dificultan la vida cotidiana tales como:
 - Usar más drogas con más frecuencia
 - Descuidar a la familia, los amigos, la escuela o el trabajo

- o Renunciar a cosas que eran importantes debido a las drogas
- o uso de drogas en situaciones peligrosas
- o Usar drogas incluso cuando causan problemas en su vida

6. ¿Mi bebé sufrirá abstinencia?

- Suspender o reducir la dosis de sus MOUD no reducirá los síntomas de abstinencia en su bebé. Esto también pondrá en riesgo su recuperación.
- Cada bebé es distinto. No hay ninguna manera de predecir si los síntomas de abstinencia serán severos. Algunos bebés no sienten ningún síntoma.

7. ¿Qué ocurre si mi bebé llega a sufrir la abstinencia?

- Los bebés expuestos a opioides o el MOUD antes de nacer frecuentemente son observados en el hospital hasta 7 días después de nacer para detectar cualquier síntoma del NOWS o del NAS.
- Algunas síntomas del NAS o del NOWS en los recién nacidos son irritabilidad, llanto constante y agudo y temblores.
- El NOWS o el NAS son temporales y tratables.
- Algunos bebés con el NOWS o el NAS pueden necesitar medicamentos por poco tiempo. Esto puede ayudar a controlar los síntomas de su bebé. Recuerde, los bebés no se volverán adictos.
- Puede aprender a calmar a su bebé a través del contacto piel con piel. Envolverlo, la iluminación tenue y pasar tiempo tranquilos juntos le ayudará. Su bebé también puede usar un chupete para calmarse.

8. ¿Me quitarán a mi bebé?

- Las reglas federales ahora requieren un Plan de Cuidado Seguro para bebés expuestos a opioides u otras drogas antes de nacer. Los Planes de Cuidado Seguro tienen la intención de ayudar a mantener junta a toda su familia.
- Un informe a los servicios familiares no significa necesariamente que le quitarán a su bebé.
- Comprometerse con su plan de tratamiento de OUD es una forma en la que puede ayudar a abogar por usted y por sus derechos parentales.
- Los servicios familiares quieren ayudarlo a triunfar. Pídale a su proveedor de tratamiento que trabaje con usted para crear un plan con expectativas realistas.
- Si se le asigna un trabajador de los Servicios de Protección Infantil (CPS en inglés), pídale que trabajen con su proveedor de tratamiento para garantizar que su Plan de Cuidado Seguro cumpla con los requisitos estatales y locales.

9. ¿Pueden los tribunales hacer que deje o cambie mi medicamento OUD?

- El tratamiento con medicamentos para el trastorno por el uso de opioides (MOUD) está protegido por la Ley para Estadounidenses con Discapacidades (ADA). El acceso al MOUD es aún más importante cuando está embarazada o después del parto.
- Usted tiene derecho a recibir MOUD durante el embarazo o después del parto. Esto se aplica a:
 - o Prisiones y cárceles
 - o Tribunal de drogas u oficinas de libertad condicional
 - o Tribunal familiar
- Es ilegal que los programas de tratamiento de trastorno por el uso de sustancias le nieguen darle servicios porque toma MOUD.
- Conozca sus derechos. Denuncie una violación de la ADA a los centros de acciones legales, al fiscal asistente de los Estados Unidos en su distrito o al gobierno federal.

10. ¿Puedo conseguir un trabajo mientras estoy tomando medicamentos para la OUD?

- Los empleadores no pueden negarse a contratarla solo por estar tomando MOUD recetado por su proveedor de tratamiento.
- Conozca sus derechos. Denuncie una violación de la ADA a los centros de acciones legales, al fiscal asistente de los Estados Unidos en su distrito o al gobierno federal.

11. ¿Puedo dar pecho o lactar mientras estoy tomando la buprenorfina o la metadona?

- Sí, puede dar pecho o lactar, los médicos lo recomiendan. La lactancia mientras toma MOUD es segura y puede reducir la necesidad de medicamentos para tratar NOWS/NAS en su bebé.
- Es seguro dar pecho o lactar cuando toma su medicamento MOUD. Hable con su médico para decidir qué es lo mejor para usted y para su bebé.

Paso 4: Preparándose (15 minutos)



Ahora piense en empezar a platicar sobre lo que significa para el grupo ser una madre “saludable”. Escriba las respuestas en notas adhesivas o en una pizarra para que el grupo las vea.

Parte 1: Introducción

- El trastorno por el uso de opioides afecta a las personas embarazadas de todas partes, de todas las razas, de todos los orígenes, de todos los niveles de educación y niveles de ingresos. Los buenos padres hacen preguntas. Hacer preguntas, tratar su OUD e invertir en su salud son lo mejor que puede hacer para proteger y cuidar de usted y de su bebé.
- ¿Cuáles son algunas maneras de prepararse para una crianza saludable? Aquí hay algunos ejemplos para que el grupo comience:
 - Hablar con mi médico sobre cómo encontrar las mejores opciones de tratamiento para mi OUD.
 - Tomar vitaminas prenatales todos los días mientras estoy embarazada.
 - Tomar mucha agua y comer alimentos saludables.
 - Asistir a mis visitas prenatales.
 - Dejar de beber alcohol, consumir tabaco o vapear.
 - Hacer ejercicio regularmente.
 - Preguntar a mi médico sobre los cambios de humor posparto.

Parte 2: Próximos pasos para el apoyo. Hable con el grupo sobre lo que pueden hacer ahora para irse preparando para criar a los hijos si usted tiene OUD. Infórmeles si su proveedor de tratamiento u otra organización puede ayudarlos a encontrar estos recursos.

- Obtenga una fuente confiable de transporte. Puede ser un pase de autobús, solicitar transporte por teléfono o un vehículo personal. En algunos estados, Medicaid puede proporcionar transporte a las visitas prenatales y de MOUD. Consulte la disponibilidad en su zona.
- Inscríbase a los beneficios del gobierno, como el Programa [Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños \(WIC en inglés\)](#) o el Programa de [Asistencia Nutricional Suplementaria \(SNAP en inglés\)](#).
- Inscríbase a Medicaid u otro seguro de salud.

- Si necesita una vivienda estable, visite el sitio web del [Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano](#) de los Estados Unidos para obtener información sobre los programas de asistencia para la vivienda en su estado. Tener una dirección constante le ayudará a ir al día con sus cuentas.
- Necesitará una fuente de ingresos confiable. Visite [CareerOneStop.org](#) para conectarse con programas de colocación laboral en su área.
- Reúna suministros para su bebé, como una cuna, un asiento para el automóvil, pañales, ropa y ropa de cama.
- Busque servicios de apoyo mutuo en su área.
- Pídale a su proveedor de tratamiento que trabaje con usted para desarrollar su Plan de Cuidado Seguro.
- Si se le asigna un trabajador de los Servicios de Protección Infantil (CPS en inglés), pídale que trabajen con su proveedor de tratamiento para garantizar que su Plan de Cuidado Seguro cumpla con los requisitos estatales y locales. La mejor manera de mejorar sus interacciones con CPS es aprovechar todos los servicios de apoyo disponibles que tiene.

Paso 5: Desarrollando una red de apoyo para después del parto (5 minutos)



Hable con su grupo de recuperación sobre lo importante que es contar con apoyo durante el embarazo y después de que nazca el bebé. Tener un plan ahora ayudará cuando estén cansados, no duerman lo suficiente y tengan fuertes deseos de opioides u otras drogas.

Maneras de abogar por usted misma:

- Si algo como su medicamento no le funciona, hable con su proveedor de tratamiento sobre los cambios que podrían realizarse.
- Manténgase en contacto con su proveedor de tratamiento sobre su dosis de MOUD y no haga ningún cambio de dosis sin hablar con su proveedor de cuidados de salud.
- Pida ayuda cuando se sienta estresada o deprimida. Sentirse estresada o deprimida con un bebé recién nacido puede aumentar los impulsos y los deseos de opioides. Estos son su cuerpo y su mente reaccionando a un gran cambio en su vida.
- Pregúntele a su proveedor sobre los servicios de apoyo mutuo en su área.
- Asista a las citas de seguimiento para usted y para su bebé.
- Si puede dar pecho o lactar, busque apoyo si lo necesita para que pueda hacerlo todo el tiempo que pueda.

Otras formas de apoyar la recuperación:

- Las sesiones de terapia individual y grupal lo ayudarán a aprender las herramientas que necesita para triunfar en su recuperación.
- Reúnase en persona con otras mamás saludables con bebés o a través de grupos en las redes sociales.
- Las personas en recuperación a veces recaen y vuelven a usar. ¡Esto no significa que usted



haya fracasado! Si vuelve a usar, comuníquese con su proveedor de tratamiento y apoyos de recuperación de inmediato para ayudarla a encarrilarse.

- Es posible que participar en prácticas espirituales y culturales sea útil para su recuperación. Pregúntele a su proveedor sobre los recursos para apoyo entre compañeros o los grupos de recuperación para las personas que reciben MOUD en su área.

Y recuerde:

- Tenga naloxona (disponible sin receta médica) o nalmafeno (disponible con receta médica) en caso de una sobredosis de opioides. Pregunte a su proveedor de tratamiento cómo obtener estos medicamentos.
- Mantenga una dosis adicional de MOUD con usted para ayudarla a tomar su medicamento a tiempo.
- Es ilegal discriminar a las personas porque están recibiendo MOUD.

Paso 6: Resumen y seguimiento (5 minutos)

- Distribuya folletos para que los miembros de su grupo se los lleven. Anime a los miembros del grupo a platicar sobre lo que aprendieron con sus seres queridos.
- Comparta una lista de recursos de servicios sociales locales, si su organización tiene una.
- Si su organización tiene canales de redes sociales, infórmeles que pueden seguir sus canales para obtener más información sobre el embarazo con trastorno por el uso de opioides.
- Envíe por AirDrop o comparta el enlace al video con el grupo para verlo de nuevo más tarde.
- Investigue y dé seguimiento con las respuestas de cualquier pregunta del grupo que no haya podido responder durante la sesión.



Referencias

Administración de Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA en inglés) y Línea de Ayuda Nacional de SAMHSA

<https://www.samhsa.gov>

<https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>

El trastorno por el uso de opioides y el embarazo

<https://store.samhsa.gov/sites/default/files/d7/priv/sma18-5071fs1.pdf>

Tratamiento para bebés expuestos a opioides antes de nacer

<https://store.samhsa.gov/sites/default/files/sma18-5071fs3.pdf>

Los medicamentos para el tratamiento de el trastorno por el uso de opioides en el embarazo son esenciales

<https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/article-abstract/2814228>

El uso de la buprenorfina o la metadona en el primer trimestre y el riesgo de malformaciones congénitas

<https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/article-abstract/2814227>

Verdad y mitos acerca de MOUD

<https://www.lac.org/assets/files/Myth-Fact-for-MAT.pdf>

Derechos de las personas en tratamiento asistido por medicamentos

https://www.samhsa.gov/sites/default/files/programs_campaigns/medication_assisted/Know-Your-Rights-Brochure.pdf

Denunciar una violación de la Ley para Estadounidenses con Discapacidades (ADA):

<https://www.ada.gov/file-a-complaint/>

<https://www.justice.gov/usao/find-your-united-states-attorney>

Recursos

Directorio de programas de tratamiento de opioides

<https://dpt2.samhsa.gov/treatment/>

Recursos gratuitos o de costo reducido, como alimentos, vivienda, ayuda financiera, atención médica y más

<https://www.findhelp.org/>

Capacitación e información laboral

<https://www.careeronestop.org/LocalHelp/EmploymentAndTraining/employment-and-training.aspx>

Centros de empleo estadounidenses

<https://www.careeronestop.org/LocalHelp/AmericanJobCenters/find-american-job-centers.aspx>

WIC (Programa de nutrición suplementaria para mujeres, bebés y niños)

<https://www.fns.usda.gov/wic>

Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)

<https://www.fns.usda.gov/snap/supplemental-nutrition-assistance-program>

Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los EE. UU.

<https://www.hud.gov/>

Apoyo internacional al postparto

<https://www.postpartum.net>