

# Recursos

Un embarazo saludable implica recibir atención prenatal, cuidar lo que come, decir no a bebidas alcohólicas y mantenerse alejada de drogas y ciertas medicinas. Si necesita ayuda para dejar de consumir alcohol, tabaco y drogas, busque asistencia en esta lista de recursos gratuitos.

## Línea para dejar de fumar de Carolina del Sur

1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669)

[www.scdhec.gov/quitforkeeps](http://www.scdhec.gov/quitforkeeps)

## Departamento de Carolina del Sur para Servicios prevención de abuso de alcohol u otras drogas

1-888-SC-PREVENTS (1-888-727-7383)

## Administración de servicios de abuso de sustancias y salud mental

1-800-662-HELP

[www.samhsa.gov/treatment](http://www.samhsa.gov/treatment)

## United Way

Marque 211 para conocer recursos comunitarios en su área.

[www.211us.org](http://www.211us.org)








# Uso de sustancias

## Riesgos para usted y su familia



El uso de sustancias puede tener un efecto duradero sobre usted y su familia. El tabaco, el alcohol y las drogas pueden causarle daño a usted, a su hijo que no ha nacido y a los que la rodean. El daño no termina con el nacimiento. El uso de sustancias puede tener efectos duraderos sobre sus hijos.

# Uso de sustancias: Riesgos para usted y su familia.

SUSTANCIA	NOMBRES EN LA CALLE	DURANTE EL EMBARAZO	SU HIJO	LACTANCIA
<b>Alcohol</b>	Cerveza, vino, enfriadores de vino, licor, bebida alcohólica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alteración del juicio, la memoria, los reflejos y la coordinación</li> <li>Es benéfico dejar de hacerlo en cualquier punto del embarazo</li> </ul> <p> <i>No existe una cantidad segura de alcohol durante el embarazo.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aborto espontáneo</li> <li>Nacimiento de bebé muerto</li> <li>Bajo peso al nacer</li> <li>Parto prematuro</li> <li>Mayor incidencia de sufrimiento fetal durante el parto</li> <li>Impacta el desarrollo cerebral y los cambios faciales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bajada de leche reducida</li> </ul> <p><i>Hable con su médico.</i></p>
<b>Anfetaminas</b>	Speed, uppers, píldoras pep, crank, hielo, meth, cristal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alucinaciones</li> <li>Paranoia</li> <li>Psicosis</li> <li>Ritmo cardíaco irregular</li> <li>Infarto</li> <li>Insuficiencia cardíaca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parto prematuro</li> <li>Bajo peso al nacer</li> <li>Pequeño para edad gestacional</li> </ul>	<p> <i>No amamante si está tomando anfetaminas.</i></p>
<b>Cocaína y crack</b>	Coca, nieve, dulce de nariz, soplo, flake, roca	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mayor riesgo de aborto espontáneo</li> <li>Parto prematuro</li> <li>Ritmo cardíaco irregular</li> <li>Dolor de cabeza</li> <li>Muerte repentina</li> <li>Alta presión arterial</li> <li>Problemas para respirar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dificultad respiratoria</li> <li>Problemas intestinales</li> <li>Problemas cerebrales</li> <li>Circunferencia de la cabeza reducida</li> <li>Mayor riesgo de convulsiones</li> </ul>	<p> <i>No amamante si está consumiendo cocaína o crack.</i></p>
<b>Marijuana</b>	Pot, pasto, hierba, droga, dopa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parto prematuro</li> </ul> <p><i>Es benéfico dejar de hacerlo en cualquier punto del embarazo</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tonicidad muscular reducida</li> <li>Mala succión</li> <li>Retraso en el crecimiento.</li> <li>Desarrollo motor retardado</li> <li>Bajo peso al nacer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La marihuana se puede detectar en la leche humana.</li> </ul> <p> <i>No amamante si está consumiendo marijuana.</i></p>
<b>Opioides ilegales: Heroína</b>	Basura, smack, caballo, barro, scag, alquitrán negro, China white, azúcar moreno	<ul style="list-style-type: none"> <li>Problemas cardíacos</li> <li>Muerte repentina por sobredosis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Defectos de nacimiento</li> <li>Nacimiento de bebé muerto</li> <li>Síndrome de abstinencia neonatal y síntomas de abstinencia</li> </ul>	<p><i>Se recomienda la lactancia materna si la madre está siguiendo tratamiento supervisado de medicamentos asistidos.</i></p>
<b>Opioides de prescripción</b> <i>Estas medicinas se han vuelto muy ampliamente usadas como una droga de abuso.</i>	Codeína, fentanilo, hidrocodona, hidromorfona, meperidina, metadona, morfina, oxicodona, tramadol	<p> <i>Los opioides son peligrosos y adictivos. Si le han prescrito una de estas medicinas no deje de usarlas por iniciativa propia. Debe tener la supervisión de su médico.</i></p>	<p>Síntomas de abstinencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alta tonalidad muscular</li> <li>Llanto excesivo</li> <li>Irritabilidad</li> <li>Estornudos y congestión</li> <li>Succión excesiva o mala capacidad de succión</li> <li>Llanto agudo</li> </ul>	<p><i>Se recomienda la lactancia materna si la madre está siguiendo tratamiento supervisado de medicamentos asistidos.</i></p>
<b>Tabaco y fumador pasivo</b>	Cigarrillos, cigarros, tabaco, tabaco masticable	<ul style="list-style-type: none"> <li>Embarazo ectópico</li> <li>Ruptura prematura de membranas</li> <li>Desprendimiento de placenta</li> <li>Placenta previa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prematuro</li> <li>Bajo peso al nacer</li> <li>Pequeño para edad gestacional o retardo en el crecimiento fetal</li> <li>Nacido con labio leporino, paladar hendido o ambos</li> <li>Mayor riesgo de SIDS (síndrome de muerte súbita infantil)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reducida producción de leche materna</li> <li>Poco aumento de peso del bebé</li> </ul>
<b>Cigarrillos electrónicos</b>	E-Cig, vape, E-Pen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parto prematuro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Daño al corazón</li> <li>Daño pulmonar</li> <li>Síndrome de muerte súbita infantil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hable con su médico.</li> </ul>