

Cómo confortar a un bebé que ha estado expuesto a las drogas

¿Qué le sucede a mi bebé?

Cuando un bebé es expuesto a las drogas o al alcohol antes de nacer, este puede verse afectado después de nacido. Los bebés podrían:

- estar muy molestos y llorar por largos periodos.
- estar muy adormilados o puede ser difícil despertarlos y cuando despiertan pueden seguir bastante fastidiosos.
- ser muy difícil alimentarlos y tranquilizarlos.
- parecer que les desagrada la manera que usted luce o cómo se escucha.
- no querer que los toquen.

Estas señales son causadas por los efectos de las drogas o el alcohol en el cerebro del bebé. Esto significa que el bebé está muy sensible al ver, escuchar o sentir cosas.

¿Qué puedo hacer para ayudar a mi bebé?

No deje que su bebé llegue a un estado de llanto frenético o desesperado.

1. Observe si hay señales tempranas de que el bebé necesita atención. Su bebé podría:
 - Bostezar o estornudar más de lo normal.
 - Estremecerse o parecer nervioso.
 - Tener un cambio en el color de la piel.
 - Hacer gestos de desagrado o llorar.
2. Deje de hacer lo que está haciendo si su bebé muestra señales de malestar cuando usted lo está cuidando o atendiendo.
3. Cuando su bebé parezca estar molesto, déle un poco de tiempo para calmarse.

Si su bebé alcanza un estado de llanto frenético o desesperado y no se puede tranquilizar.

1. Envuelva a su bebé cómodamente en una manta ligera.
2. Sostenga a su bebé cómodamente en posición vertical. Ponga una mano en el trasero del bebé y la otra en el pecho. Mueva suavemente al bebé de arriba hacia abajo y suavemente mézalo.
3. Cuando su bebé se tranquilice, ofrézcale un chupón (bobo).
4. Una vez que esté tranquilo, desenvuelva al bebé. Si comienza a llorar frenéticamente, simplemente envuélvalo otra vez en la manta ligera.

Los bebés necesitan estimulación, pero usted debe tener cuidado cuando estimule a su bebé.

1. Use un tipo de estimulación a la vez: sonría, haga contacto con los ojos o sonría y háblele suavemente.
2. Observe las señales de malestar en su bebé y déle tiempo para que se recupere. Las señales pueden incluir, voltear la cabeza, llorar, estar molesto, toser, arquear la espalda, retorcerse, patear, escupir. Si cualquiera de estas señales suceden dele tiempo a su bebé para que se tranquilice.
3. Juegue con su bebé cuándo él esté listo no cuando usted quiera.

Aumente poco a poco el tiempo de interacción con su bebé.

Háblele, cántele, sonríale, mézalo o muévale muy suavemente las manos y piernas al bebé. Observe si muestra señales que indiquen que su bebé disfruta o le desagrada lo que usted hace. Si a su bebé parece gustarle lo que le está haciendo, puede seguir haciéndolo. Si el se molesta, deténgase e intente algo más.

¿Se comportan así todos los bebés que han estado expuestos a las drogas?

No todos los bebés mostrarán estas señales. Para los bebés que lo hacen, la época más difícil es cuándo el bebé tiene entre dos o tres meses de edad.

Recuerde: Sea paciente, su cuidado tierno y amoroso es importante para su bebé. "En ocasiones, podría ser difícil cuidar de un bebé que ha estado expuesto a las drogas. **Nunca sacuda a su bebé.** Si no puede tranquilizar a su hijo y se siente tenso o enojado, coloque al bebé en un lugar seguro y dese tiempo para calmarse, pida ayuda o llame a alguien más

- Adaptado de información brindada por la Asociación Nacional de Educación e Investigación de Adicción Perinatal (National Association for Perinatal Addiction Research and Education).

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud para el diagnóstico, el tratamiento y el control o seguimiento.