

El cannabis y la lactancia



Lo más seguro es no consumir cannabis mientras amamanta a su bebé.

Si sigue las sugerencias de reducción de los daños que se indican este documento sobre un consumo ligero de cannabis, es probable que los beneficios de la lactancia superen los efectos negativos del cannabis en la leche.

¿Qué es el cannabis?

El cannabis (marihuana) es una planta que puede fumarse, inhalarse, comerse o aplicarse sobre la piel. El cannabis se presenta en diferentes formas, como flores, cigarrillos, concentrados de THC y comestibles. La mayor parte de los efectos del cannabis provienen del THC.

¿El cannabis o THC puede pasar a la leche materna?

Sí. Si consume cannabis, la leche contendrá THC. La grasa de la leche y el cerebro atrae el THC. La leche contendrá THC tanto si lo fuma, lo come o utiliza con otros métodos.

Qué debe hacer antes, durante y después de consumir cannabis

Antes de consumir cannabis:

- Planifique cómo alimentará a su bebé. Extráigase leche y almacénela, o compre fórmula para bebés o leche de donante.

Mientras consume cannabis:

- No fume ni inhale cannabis en presencia del bebé, donde este viva o en espacios cerrados, como los automóviles.

Después de consumir cannabis:

- Puede alimentar a su bebé con fórmula para bebés, leche de donante o la leche que se haya sacado antes de consumir cannabis.
- Para tener mayor comodidad, puede sacarse leche y desecharla hasta que esta no tenga THC.
- Una buena forma de mantener la producción de leche es sacarse leche con la misma frecuencia con la que suele amamantar o dar el pecho a su bebé.
- Después de consumir cannabis, espere más de una hora antes de alimentar a su bebé. Cuanto más tiempo transcurra para amamantar o dar el pecho después de consumir cannabis, más seguro será para el bebé.

Cuide su salud y seguridad y la de su bebé

- Tome un complejo vitamínico con yodo y coma frutas y verduras de colores vivos para aumentar el contenido nutritivo de la leche.
- Hable con el proveedor de atención médica de su bebé si el niño está más somnoliento de lo habitual, tiene dificultad para comer o está estreñido.
- Busque una niñera para que cuide al bebé cuando usted esté bajo los efectos de estas sustancias.
- No conduzca mientras esté bajo los efectos del cannabis.
- Evite dormir con su bebé después de haber consumido cannabis. El riesgo de asfixiar por accidente al bebé es mayor. La forma más segura para dormir es compartir la habitación con el bebé, pero este debe dormir en la cuna.
- Al reducir su consumo de cannabis, puede reducir los efectos negativos del THC en el bebé. Consuma cannabis con menos frecuencia, utilice productos con concentraciones más bajas de THC (busque el % de THC en la etiqueta) y consuma cada vez una cantidad menor.
- Protéjase y proteja a su bebé del humo indirecto al no fumar ni inhalar cannabis cerca del bebé o en su casa. Pida a otras personas que no fumen ni inhalen cannabis cerca del bebé o en su casa.
- En lugar de fumar o inhalar cannabis, utilice comestibles; de esta forma, protegerá al bebé del humo indirecto.
- Almacene el cannabis y otras sustancias en un lugar seguro. Esto es especialmente importante si vive con bebés o niños pequeños.
 - **Si cree que su bebé ha ingerido cannabis**, llame al Servicio de Toxicología al 800-222-1222.
 - **Llame al 911** si el bebé respira lentamente, deja de respirar, tiene dificultad para despertarse, tiene la piel o los labios de color azul, está aletargado, demasiado somnoliento o tiene vómitos o diarrea que no cesan.



Cómo puede afectar el cannabis a un bebé

No se realizaron muchas investigaciones sobre la seguridad del consumo de cannabis durante la lactancia. La exposición al cannabis puede provocar lo siguiente:

- Efectos sutiles y negativos en el desarrollo físico y cerebral
- Niños pequeños que tienen una capacidad reducida para regular sus emociones
- Niños pequeños con problemas de sueño y atención
- Mayor riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL)

Más probabilidades de efectos negativos

Consumir grandes cantidades de cannabis
Consumir una mayor concentración de cannabis (mayor % de THC)
Consumir cannabis con más frecuencia
Consumir drogas sintéticas como K2 o Spice

Menos probabilidades de efectos negativos

Consumir menores cantidades de cannabis
Consumir una concentración menor de cannabis (menor % de THC)
Consumir cannabis con menos frecuencia
Sacarse leche y desecharla alrededor de 1 hora después de fumar cannabis

Lo más seguro

No consumir cannabis

Reduzca el consumo de cannabis

El consumo de cannabis puede tener un impacto negativo en la salud. Inhalar humo de cualquier tipo es perjudicial para los pulmones. El consumo de cannabis puede empeorar ciertas enfermedades mentales como el trastorno bipolar o la esquizofrenia.

Hable con su proveedor de atención médica o llame a la [Línea de Ayuda para la Recuperación de Washington](#) (solo en inglés) al 866-789-1511 para obtener ayuda a fin de dejar de consumir o reducir el consumo de cannabis.

¿Utiliza el cannabis para controlar los síntomas de una enfermedad? Consulte a su proveedor de atención médica sobre los síntomas que tiene y sobre alternativas más seguras durante la lactancia.

Las personas utilizan diferentes términos para describir las partes del cuerpo. Algunos padres biológicos transgénero y de género no binario utilizan el término "pecho" en lugar de "mama". En este documento, utilizamos "amamantar" y "dar el pecho" como términos intercambiables. La lactancia es un proceso biológico en el que el cuerpo produce leche para alimentar a los bebés.