

Los estimulantes y la lactancia



Puede ser seguro amamantar o dar el pecho a su bebé mientras está tomando Ritalin o Adderall que provienen de una farmacia.

Si está tomando otros tipos de estimulantes, dosis que le producen euforia o pastillas que no provienen de una farmacia, no es seguro dar el pecho o amamantar.

¿Qué son los estimulantes?

Los estimulantes son drogas que aceleran la frecuencia cardíaca y la respiración, y aumentan la presión arterial. La cocaína, la metanfetamina, Adderall® (anfetamina y dextroanfetamina) y Ritalin® (metilfenidato) son estimulantes.

¿Los estimulantes pueden pasar a la leche humana?

Sí. Si toma estimulantes, la leche también tendrá estimulantes. La cantidad que esté presente en la leche dependerá de la cantidad que tome, del tipo de estimulante que tome y del tiempo transcurrido desde la ingesta.

- La cocaína permanece en la leche humana unas 36 horas después de su ingesta. Si consume cocaína mientras bebe alcohol, el organismo produce una sustancia llamada cocaetileno, que permanecerá en el organismo más tiempo que la cocaína.
- La metanfetamina permanece en la leche humana hasta 4 días después de su ingesta.
- Ritalin® (metilfenidato) con receta médica permanece en la leche humana aproximadamente 21 horas después de su ingesta.
- Adderall® (dextroanfetamina y anfetamina) con receta médica permanece en la leche humana durante más de 24 horas.

Acerca del uso de Ritalin y Adderall con receta médica

- Es posible que no sea necesario sacarse leche y desecharla si toma estimulantes según las indicaciones de su médico. Hable con su proveedor de atención médica sobre el estimulante y la cantidad que está tomando para decidir si la lactancia es una opción adecuada para usted y su bebé.
- No se conocen efectos negativos en los bebés lactantes cuando su progenitor toma menos de 45 mg por día de Adderall® (anfetamina) u 80 mg por día de Ritalin® (metilfenidato).

Si a veces toma estimulantes sin receta médica o si los vuelve a tomar después de haberlos suspendido

Antes de tomar estimulantes:

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

Mientras consume estimulantes:

- No fume metanfetamina, cocaína u otros estimulantes cerca de su bebé, donde este viva ni en espacios cerrados, como los automóviles.

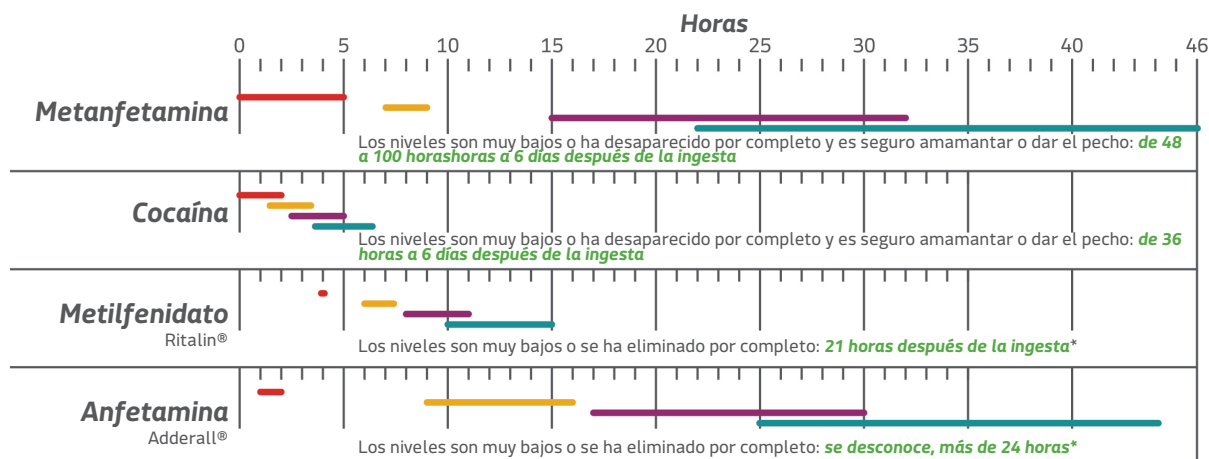
Después de tomar estimulantes:

- Puede alimentar a su bebé con fórmula para bebés, leche de donante o la leche que se haya sacado antes de tomar estimulantes.
- Para tener mayor comodidad, puede sacarse leche y luego desecharla hasta que esta no tenga estimulantes.
- 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.

Antes de volver a amamantar o dar el pecho, ¿cuánto tiempo debería sacarse leche y desecharla?

- **Metanfetamina:** Después de la ingesta, sáquese leche y deséchela durante al menos 48 horas. Puede haber pequeñas cantidades de metanfetamina que permanezcan en la leche hasta 100 horas (cerca de 4 días). Si se hace una prueba de detección de drogas en la orina y da negativo para metanfetamina, puede volver a amamantar o dar el pecho.
- **Cocaína:** Después de la ingesta, sáquese leche y deséchela durante al menos 36 horas. Puede haber pequeñas cantidades de cocaína que permanezcan en la leche hasta 6 días.
- Es posible que tenga que sacarse leche y desecharla después de tomar anfetamina o metilfenidato. No sabemos con exactitud durante cuánto tiempo deba hacerlo.

Niveles de estimulantes en la leche y el organismo después de la ingesta:



Clave

- El nivel de estimulantes es el máximo después de la ingesta
- El nivel de estimulantes es 1/2 de su nivel más alto después de la ingesta
- El nivel de estimulantes es 1/4 de su nivel más alto después de la ingesta
- El nivel de estimulantes es 1/8 de su nivel más alto después de la ingesta

* Uso con receta médica



Cuide su salud y seguridad y la de su bebé

- Si toma un complejo vitamínico con yodo y come frutas y verduras de colores vivos, puede aumentar el contenido nutritivo de la leche.
- Hable con el proveedor de atención médica de su bebé si el niño no duerme bien, tiene dificultad para comer, está irritable, tembloroso, tiene fiebre o no sube de peso.
- Busque una niñera para que cuide al bebé cuando usted esté bajo los efectos de estas sustancias.
- No conduzca mientras esté bajo los efectos de los estimulantes.
- Evite dormir con su bebé. La forma más segura para dormir es compartir la habitación con el bebé, pero este debe dormir en la cuna.
- Protéjase y proteja a su bebé del humo de segunda mano. Pida a otras personas que no fumen estimulantes en su casa y no lleve a su bebé a lugares donde haya humo.
- Puede reducir los efectos negativos sobre el bebé al tomar una cantidad menor de estimulantes, hacerlo con menos frecuencia y esperar a que la leche no contenga estimulantes para amamantar o dar el pecho al bebé.
- Almacene los estimulantes 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 opiáceos**, 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 pueden afectar los estimulantes a un bebé

Los estimulantes pueden hacer que los bebés estén irritables, duerman mal, suban de peso lentamente, no quieran comer, vomiten y tengan diarrea. Además, pueden provocar que el cuerpo del bebé suba demasiado de temperatura y que el niño esté inquieto y tenga convulsiones y problemas cardíacos.

No se conocen efectos negativos en los bebés cuando sus progenitores toman metilfenidato o anfetamina según las indicaciones.

Si tomo estimulantes mientras estoy embarazada, ¿mi bebé tendrá síntomas de abstinencia después de nacer?

Si toma estimulantes durante el embarazo, el bebé podría tener síntomas de abstinencia después de nacer. El bebé también deberá permanecer en el hospital unos días más.

Al dar a luz, el mejor tipo de cuidado para usted y su bebé consiste en comer, dormir y consolar. Este tipo de cuidado incluye lo siguiente:

- Usted y su bebé permanecen juntos en la misma habitación.
- La habitación se mantiene tranquila con la luz tenue.
- Usted envuelve y sostiene a su bebé.
- Amamanta al bebé o mantiene el contacto con él piel con piel mientras este toma el biberón.

No todos los hospitales ofrecen el método de cuidado “comer, dormir, consolar”. Para saber si el hospital en el que planea dar a luz ofrece este método, puede hacer lo siguiente:

- Preguntar a su proveedor de atención prenatal si el hospital en el que desea dar a luz ofrece el método “comer, dormir, consolar”.
- Puede llamar al número de teléfono principal del hospital y preguntar a la operadora por el departamento de maternidad (a veces se lo denomina plantas o unidades de “posparto”, “anteparto” o “materno-infantil”). El personal de enfermería que trabaja allí debe saber si ofrecen el método “comer, dormir, consolar”.
- Si puede, elija dar a luz en un hospital que ofrezca este servicio. Es el mejor tipo de cuidado para usted y para su bebé.



Los estimulantes y la lactancia

Los estimulantes alteran las hormonas que son importantes para la lactancia y la bajada de la leche. Por este motivo, es posible que produzca menos leche si toma estimulantes.

Reduzca el consumo de estimulantes

Puede ser difícil dejar de consumir estimulantes si los ha tomado durante mucho tiempo. 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 o información sobre cómo dejar de consumir o reducir el consumo.

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.