

Drugs and pregnancy



Las drogas y el embarazo

march of dimes
el centro de enseñanza
del embarazo

nacersano.org

09-2436-09 10/13

09-2436-09 10/13

march of dimes
pregnancy & newborn
health education center

marchofdimes.com

When you're pregnant, some drugs can hurt you and your baby. Drugs include street drugs, prescription and over-the-counter drugs, supplements and herbal products. Some of these drugs can cause birth defects. Some can cause your baby to be born too small and very sick.

When you're pregnant, talk to your provider before you take any kind of drug or medicine. Make sure it's safe to take during pregnancy. This can help your baby be born healthy.



Here's what you need to know about drugs and pregnancy:

What you can do	2
Street drugs and your baby	3
How you can quit	4
Prescription drugs	5
Supplements and herbal products	8
Key points to remember.....	10



About the March of Dimes

The March of Dimes helps moms have full-term pregnancies and healthy babies. Support research and programs that help babies at: marchofdimes.com/howtohelp

To order our catalog or multiple copies of our materials, call 1-800-367-6630 or visit marchofdimes.com/catalog. #09-2436-09 Drugs and pregnancy 10/13

March of Dimes materials are for information purposes only and are not to be used as medical advice. Always seek medical advice from your health care provider. Our materials reflect current scientific recommendations at time of publication. Check marchofdimes.com for updated information.

What you can do

Here are some things you can do to help your baby be born healthy:

- If you're pregnant or planning to get pregnant, ask your provider if you need to change or stop taking certain drugs or medicines. Your provider may switch you to one that's safe to take during pregnancy. Don't stop taking any drug until you talk to your provider first.
- Tell your provider about any drugs you take. This includes prescription drugs, over-the-counter drugs (like aspirin or cough syrup), supplements and herbal products. Don't take any drug without your provider's OK.
- Don't take anyone else's drugs or medicine. Take only what your provider says is OK to take during pregnancy.
- Don't use street drugs. Tell your health care provider if you have used street drugs in the past or if you need help to quit using them now.



Street drugs and your baby

Street drugs are bad for you, and they're bad for your baby. Using street drugs during pregnancy can cause:

- Miscarriage
- Your baby to be born too soon and too small
- Your baby to be born with birth defects
- Your baby to be addicted to the drug and have withdrawal symptoms after birth
- Your baby to have learning and behavior problems later in life

Street drugs include:

- Marijuana (pot)
- Ecstasy, methamphetamines and other amphetamines (like speed, ice, crank and crystal meth)
- Club drugs, like PCP (angel dust) and Ketamine (Special K)
- Heroin
- Cocaine

How you can quit



Here's what you can do to help you quit using street drugs:

- Make a list of reasons why you want to quit. Wanting to have a healthy baby is the best reason of all!
- Set a quit date. Mark it on your calendar.
- Tell your friends and family you're going to quit. Ask them for their support. Ask them not to do drugs around you.
- Get rid of all your drugs. Get them out of your home and car.
- Don't go to parties, bars or other places where you might do drugs.
- Ask your health care provider about drug treatment programs. Or contact:

Substance Abuse Treatment Facility Locator
www.findtreatment.samhsa.gov
1-800-662-HELP (4357)



Prescription drugs

A prescription is an order for medicine given by a health care provider. Some prescription drugs can be dangerous for your baby if you take them during pregnancy. If you're pregnant, don't use prescription drugs unless they are prescribed for you by a health care provider who knows you're pregnant.



Prescription drugs and birth defects

The prescription drugs below can cause birth defects in your baby. If you're pregnant and taking any of these drugs, call your provider immediately. You may need to stop taking it or switch to a different drug or dose that's safe for your baby.

- ACE Inhibitors (enalapril or captopril)
- Androgens and testosterone by-products
- Anti-cancer drugs
- Anti-folic acid drugs, like methotrexate or aminopterin
- Carbamazepine
- Lithium
- Phenytoin
- Retinoids including Accutane®, Amnesteem®, Claravis™ and Sotret® (isotretinoin)
- Revlimid® (lenalidomide)
- Soriatane® (acitretin)
- Streptomycin and kanamycin
- Tetracycline
- Thalomid® (thalidomide)
- Trimethadione and paramethadione
- Valproic acid
- Warfarin (Coumadin® and Jantoven®)



Abusing prescription drugs

Abusing prescription drugs means:

- Taking more of the drug than your provider says you can take
- Taking the drug with alcohol or other drugs
- Taking someone else's prescription drugs

Abusing prescription drugs can cause both you and your baby to become addicted. Your baby may have withdrawal symptoms, like shakes, excessive crying, diarrhea and poor feeding.

The most commonly abused prescription drugs include:

- Opioids, such as oxycodone (OxyContin®, Percodan®). These are prescribed to treat pain.
- Sedatives, such as diazepam (Valium®) and alprazolam (Xanax®). These are prescribed to treat anxiety, panic attacks and sleep problems.
- Stimulants, like methylphenidate (Ritalin®, Concerta®). These are prescribed to treat attention problems.

Talk to your provider about getting help to quit abusing prescription drugs.

Supplements and herbal products

A supplement is a product you take to make up for certain nutrients that you don't get enough of in the foods you eat. For example, you may take a vitamin supplement to help you get more vitamin B or C. Or you may take an iron or calcium supplement.

An herbal product is made from herbs. An herb is a plant that is used in cooking or medicine. Examples of herbal products are green tea and Gingko biloba.

Some supplements and herbal products may be harmful to your pregnancy. Talk to your provider before using these products to make sure they're safe for you and your baby.



Key points to remember

Some drugs can hurt you and your baby. Here's what you can do to help your baby be born healthy:

- Tell your provider about any drugs you take. Don't take any drug or medicine without telling your provider about it first.
- Don't take anyone else's drugs. Take only what your provider says is OK to take during pregnancy.
- Tell your health care provider if you need help to quit using drugs.

get informed,
be involved and
stay in touch.



marchofdimes.com

Pregnancy and baby information

  working together for stronger, healthier babies

  trabajamos juntos para bebés más fuertes y sanos

Información sobre el embarazo y el bebé

nacersano.org



- Avise a su profesional de la salud sobre cualquier droga que toma. No tome drogas o medicinas sin avisarle primero a su profesional de la salud.
 - No tome la droga de otra persona. Tome sólo lo que el profesional le diga que se puede tomar durante el embarazo.
 - Avise al profesional de la salud si necesita ayuda para dejar de usar drogas.
- Algunas drogas pueden ser dañinas para usted y para su bebé. Usted puede hacer lo siguiente para ayudar a que su bebé nazca sano:

Puntos clave para
recordar

Cuando está embarazada, algunas drogas pueden ser dañinas para usted y su bebé. Por "drogas" nos referimos a las drogas ilegales, las drogas o medicinas con o sin receta, los suplementos y los productos herbales. Algunas de esas drogas pueden causar defectos de nacimiento. Otras pueden provocar que el bebé nazca demasiado pequeño y muy enfermo.

Durante el embarazo, hable con su profesional de la salud antes de tomar cualquier clase de droga o medicina. Asegúrese de que no sea peligrosa tomarla durante el embarazo. Eso puede ayudar a que su bebé nazca sano.



Contenido

Qué puede hacer	2
Las drogas ilegales y su bebé	3
Cómo dejar el hábito	4
Medicinas recetadas.....	5
Suplementos y productos herbales.....	8
Puntos clave para recordar.....	10



Conozca March of Dimes

March of Dimes ayuda a las mamás a tener embarazos a término y bebés sanos. Apoye las investigaciones y programas que ayudan a los bebés.

Si desea un catálogo gratuito o comprar copias adicionales de nuestros folletos, llame al 1-800-367-6630 o visite marchofdimes.com/catalog. #09-2436-09 Las drogas y el embarazo 10/13

Los productos de March of Dimes cumplen fines informativos solamente y no constituyen asesoramiento médico. Siempre busque asesoramiento médico de su proveedor de cuidado de salud. Nuestros productos reflejan las recomendaciones científicas actuales al momento de publicación. Visite nacerosano.org para obtener información actualizada.

Qué puede hacer

Éstas son algunas cosas que puede hacer para ayudar a que su bebé nazca sano:

- Si está embarazada o planeando quedar embarazada, pregunte a su profesional de la salud si necesita cambiar o dejar de tomar ciertas drogas o medicinas. Es posible que el profesional le cambie a una que sea segura durante el embarazo. No deje de tomar sus medicinas sin antes hablar con su profesional de la salud.
- Avise a su profesional sobre cualquier droga que toma. Éstas incluyen las medicinas con o sin receta (como la aspirina o el jarabe para la tos), los suplementos y los productos herbales. No tome drogas sin la aprobación de su profesional de la salud.
- No tome las drogas o medicinas de otra persona. Tome sólo lo que el profesional le diga que se puede tomar durante el embarazo.
- No use drogas ilegales. Avise a su profesional de la salud si ha usado drogas ilegales en el pasado o si necesita ayuda para dejar el hábito.



Las drogas ilegales y su bebé

Las drogas ilegales son dañinas para usted y para su bebé. Usar drogas ilegales durante el embarazo puede causar:

- Aborto espontáneo
- Que su bebé nazca antes de tiempo y muy pequeño
- Defectos de nacimiento en su bebé
- Que su bebé nazca adicto a la droga y tener síntomas de abstinencia después de nacer
- Problemas de aprendizaje y conducta más adelante en la vida

Entre las drogas ilegales se incluyen:

- Marihuana (hierba, Juana)
- Éxtasis, metanfetaminas y otras anfetaminas (como *speed* [sulfato de anfetamina], *ice* (ais, hielo y cristales de metanfetamina), *crank* (arranque) y cristal (cristales de metanfetamina)
- Heroína
- Cocaína
- Drogas ilegales de recreación nocturna, como PCP (polvo de ángel) y quetamina (*Special K*)

Cómo dejar el hábito



Lo siguiente la puede ayudar a dejar de usar drogas ilegales:

- Haga una lista de los motivos por los que desea dejar el hábito. ¡El mejor motivo es el deseo de tener un bebé sano!
- Fije una fecha para dejar el hábito. Márquela en su calendario.
- Avise a sus amigos y familiares que va a dejar el hábito. Pídale apoyo. Pídale que no consuman drogas cerca de usted.
- Deshágase de todas las drogas. Sáquelas de su hogar y automóvil.
- No vaya a fiestas, bares u otros lugares donde se vea tentada de consumir drogas.
- Pida información a su profesional de la salud sobre los programas de drogadicción. O comuníquese con:

Búsqueda de establecimientos para el tratamiento de abuso de sustancias
1-800-662-4357

Medicinas recetadas

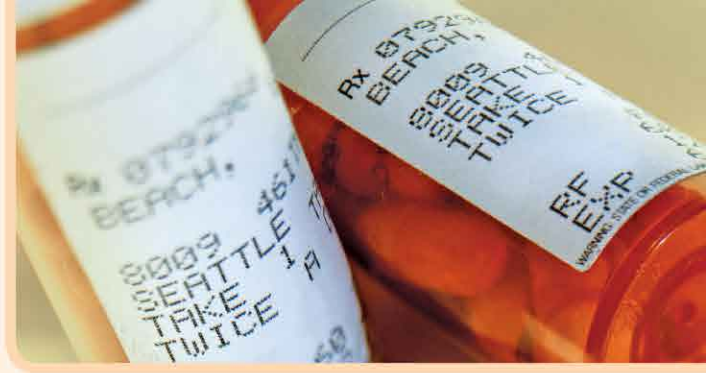
La receta o prescripción es una orden para una medicina escrita por un profesional de la salud. Algunas medicinas recetadas pueden ser peligrosas para su bebé si las toma durante el embarazo. Si usted está embarazada, no tome medicinas recetadas a menos que se las haya ordenado el profesional de la salud que sabe que está embarazada.



Medicinas recetadas y defectos de nacimiento

Las medicinas recetadas de la lista siguiente pueden causar defectos de nacimiento en su bebé. Si usted está embarazada y toma algunas de estas drogas, hable con el profesional de la salud de inmediato. Es posible que deba cambiar a otra medicina o variar la dosis para que no sea peligrosa para su bebé.

- Ácido valproico
- Carbamazepina
- Drogas contra el ácido fólico como el metotrexato o aminopterina
- Drogas para combatir el cáncer
- Estreptomicina y kanamicina
- Fenitoína
- Inhibidores de la ECA (enalapril o captopril)
- Litio
- Retinoides, incluyendo Accutane[®], Amnesteem[®], Claravis[™] y Sotret[®] (isotretinoína)
- Revlimid[®] (lenalidomida)
- Soriatane[®] (acitretina)
- Subproductos de testosterona y andrógenos
- Tetraciclina
- Thalomid[®] (talomida)
- Trimetadiona y parametadiona
- Warfarina (Coumadin[®] y Jantoven[®])



Abuso de medicinas recetadas

El abuso de medicinas recetadas significa:

- Tomar más de lo que su profesional le ha recetado
- Tomar la medicina con alcohol u otras drogas
- Tomar las medicinas recetadas de otra persona

Abusar de las medicinas recetadas puede causarles adicción a usted y a su bebé. Su bebé puede tener señales de abstinencia como temblores, llanto excesivo, diarrea y alimentarse mal.

Las medicinas recetadas que se abusan con mayor frecuencia incluyen:

- Opioides, como la oxycodona (OxyContin[®], Percodan[®]). Estas medicinas se recetan para tratar el dolor.
- Sedantes como diazepam (Valium[®]) y alprazolam (Xanax[®]). Éstas se recetan para tratar la ansiedad, ataques de pánicos y problemas de sueño.
- Estimulantes como el metilfenidato (Ritalin[®], Concerta[®]). Estas medicinas se recetan para tratar los problemas de atención.

Hable con su profesional si necesita ayuda para dejar el abuso de las medicinas recetadas.

Suplementos y productos herbales

Un suplemento es un producto que usted toma para compensar ciertos nutrientes que no recibe en forma suficiente de los alimentos que come. Por ejemplo, es posible que usted tome un suplemento de vitaminas para ingerir más vitamina B o C. O quizás tome un suplemento de hierro o calcio.

Los productos herbales están elaborados con hierbas. Una hierba es una planta que se usa para cocinar o en la medicina. Ejemplos de productos herbales: té verde y Gingko biloba.

Algunos suplementos y productos herbales pueden ser perjudiciales para su embarazo. Hable con su profesional de la salud antes de usar esos productos para asegurarse de que sean seguros para usted y su bebé.

