



Hablando con Mujeres Embarazadas y Amamantando

Ahora que el consumo de marihuana (cannabis, hierba, mota) es legal para adultos mayores de 21 años en California, pero esto no significa que sea seguro para mujeres embarazadas y lactantes. Hasta que haiga más estudios e información sobre los daños potenciales, se recomienda que las mujeres dejen de consumir marihuana mientras están embarazadas o amamantando. A los proveedores de atención médica y los profesionales de la salud pública, se le recomienda que platicuen sobre el uso de la marihuana y alternativas seguras. Para obtener más información sobre los riesgos de salud para las mujeres embarazadas y lactantes, consulte las hojas informativas sobre [Marihuana durante el Embarazo](#) y [La Lactancia e Información para Profesionales](#). Aquí están algunos puntos de discusión para platicar con sus pacientes y participantes, sobre la marihuana y maneras de apoyar su toma de decisión sana.

La Marihuana Puede Ser Dañina:

- Se necesita más investigación sobre los riesgos de la marihuana, pero hay evidencia suficiente sobre los efectos en la salud para recomendar no al consumo durante el embarazo y lactancia. Estudios han demostrado que la exposición a marihuana en la etapa prenatal podría afectar el crecimiento del feto y desarrollo neuronal, ocasionando que los niños tengan problemas de atención y aprendizaje en el futuro. No importa cómo se use (por ejemplo, con vaporizador, comiendo, fumando, etc.) el activo llamado THC (tetrahidrocannabinol) en la marihuana llega al bebé por la placenta y la leche materna.



Marihuana Medicinal:

- La decisión de continuar usando marihuana con propósito medicinal durante el embarazo y lactancia (como cualquier otro medicamento) debe ser evaluada analizando si los beneficios del tratamiento son mayores a los riesgos potenciales que pueden afectar

al bebé. Si estás consumiendo marihuana -con fines médicos- cuando puedes quedar embarazada, durante el embarazo, o durante la lactancia, debes discutir los beneficios y riesgos con el doctor o especialista encargado de tu cuidado prenatal.

Detén tu Consumo de Marihuana:

- No hay una cantidad adecuada o segura de consumo de marihuana cuando estás embarazada, lactando o planeando concebir. Si estabas usando marihuana antes de saber de tu embarazo, detén de inmediato su consumo, para el bienestar de la salud de tu bebé. Si no puedes parar tu consumo de marihuana, reduce considerablemente su uso y frecuencia. Si necesitas ayuda para dejar de consumir marihuana, y controlar su uso, visita un centro de ayuda [SAMHSA Behavioral Health Treatment Services Locator](#) cerca de ti o llama al 1-800-662-HELP (4357) en inglés y español. 24 horas al día, 7 días a la semana.





Crianza Infantil y Marihuana:

- Evita la exposición de tu pequeño al humo de cualquier tipo. Al quemar “flores” de marihuana y otras partes de la planta, se liberan químicos tóxicos al aire y al aspirar esas toxinas, se afectan todos los órganos del cuerpo. El humo de segunda mano de marihuana tiene muchos de los mismos químicos cancerígenos que el humo del tabaco. Los ambientes libres de humo son los más saludables y seguros. No permitas ningún tipo de fumadores y humo en tu casa y alrededor de tu bebé.
- Almacena la marihuana en un lugar seguro, ya que si un niño o mascota la consume, puede ser muy peligroso.
- Mantente atento a la seguridad y necesidades de tus niños, asegúrate de que siempre hay alguien cuidando de ellos. Estar bajo el efecto de la marihuana y cuidando a un niño nunca es seguro. No dejes a nadie que esté bajo la influencia de la marihuana cuidando a tu hijo.
- Se recomienda que los bebés duerman en la habitación de los padres, pero en una superficie separada diseñada para bebés. Compartir la cama es particularmente riesgoso si usted está bajo el influjo de la marihuana. Y nunca te quedes dormido con tu bebé en un sofá o sillón, es extremadamente peligroso.
- No es seguro manejar un auto cuando estás bajo el influjo de la marihuana. No dejes a tu bebé subir a un auto de alguien que maneja bajo sus efectos.
- Encarga el cuidado de tus hijos a personas sobrias y responsables. Tú o la otra persona, deben estar libres de los efectos de sustancias incapacitantes como la marihuana.

Lactancia y Marihuana:

- La lactancia es importante para tu bebé. Si continúas lactando, haz todo el esfuerzo para reducir la cantidad de marihuana que consumes, ya sea fumando, un vaporizador o comiendo. Cuando una madre lactante usa marihuana, le transmitirá el THC a la leche materna y se concentra a niveles más altos que en su plasma (sangre). Luego, el THC se pasa al bebé durante lactancia.
- Puesto que el THC se almacena en la grasa corporal, permanece en su cuerpo por un período prolongado. Esto significa que el método de “extraer y desechar” la leche materna, como se hace al consumir alcohol, no funciona. El alcohol no se almacena en la grasa por lo que deja el cuerpo más rápidamente.
- La capacidad de una madre de amantar y cuidar a su hijo puede verse comprometida porque la marihuana afecta la estabilidad emocional y juicio de las personas.



Pregunta a un Experto:

- Si deseas hablar con alguien acerca de los posibles efectos de la marihuana cuando planeas concebir, durante el embarazo, o lactando; ponte en contacto con [Mother To Baby](#). Los expertos de [Mother To Baby](#) pueden contestar todas tus preguntas en inglés o español, llama al 1-866-626-6847 o a través de texto al 1-855-999-3525. O visita <https://mothertobaby.org/es/> donde puedes hablar con alguien en línea o contactar a un experto por e-mail. Su servicio es confidencial y gratuito. Llama de Lunes a Viernes de 9 am a 5 pm (PST).



Información Adicional:

- Infórmate más sobre los efectos de la marihuana en el cerebro, visitando: <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/how-does-marijuana-produce-its-effects>
- Para más información sobre cómo reducir daños en la salud y otros efectos de la marihuana, visita <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/how-does-marijuana-produce-its-effects>
- Consulta el reporte Academy of Breastfeeding Medicine. Clinical Protocol #21: Guidelines for Breastfeeding and Substance Use or Substance Use Disorder, Revised 2015
- Consulta la declaración American Academy of Pediatrics. Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk
- Consulta el reporte American College of Obstetricians and Gynecologists. Committee Opinion No.722: Cannabis Use during Pregnancy and Lactation.
- Consulta la guía de cuidado perinatal Comprehensive Perinatal Services Steps to Take Program Guidelines For Enhanced Health Education, Nutrition and Psychosocial Services (Pages 346 or NUTR 141 through Pages 387 or NUTR 182)
- Guía de alimentación de bebés del Estado de California California Infant Feeding Guide
- Guía de lactancia WIC- Feeding My Baby materials: A Guide to Breastfeeding:
- Base de datos LactMed: Drugs and Lactation Database

**Visita [LetsTalkCannabisCA.com](https://www.LetsTalkCannabisCA.com)
para conocer los riesgos que corren las mujeres
embarazadas o lactantes y para aquellas
que planean concebir pronto**