Seguir adelante con hechos para fortalecerse

Por Jennifer Lemons, MS, CGC, MotherToBaby Texas TIPS (Traducido por Sonia Alvarado, MotherToBaby California)

Fue el más largo periodo de 3 minutos de su vida. Al abrir los ojos para mirar la prueba, su corazón se detuvo. No podía respirar. Frenéticamente, rasgó las instrucciones que venían con la prueba para confirmar lo que ya sabía. Ella estaba embarazada. Ella apoyó su cabeza en la caseta de baño, las lágrimas amenazando de caer. Fue entonces cuando sonó la campana, señalando el final del almuerzo. Era hora de ir a clase. Pero lo único que podía pensar era: «Tengo solo 16…»

Mayo es el Mes Nacional Para Prevenir el Embarazo en los Adolescentes, un buen tiempo para centrarse en los desafíos específicos a cual una joven madre, embarazada puede enfrentarse. El embarazo adolescente plantea una miríada de emociones y pensamientos de lo más práctico de, «¿Cómo voy a terminar la escuela?» o «¿Qué pensarán mis padres?» a la más profundo, «¿Debería criarlo? o «¿Podría verle hecho daño al bebé de alguna manera?"
Al tratar de responder a estas preguntas, debe venir como ninguna sorpresa que los adolescentes están en alto riesgo de recibir información errónea de muchas fuentes, es decir, del Internet, amigos y los medios de comunicación. Como una Consejera de Genética Acreditada con MotherToBaby, esto me preocupa mucho – por el bien de la madre, así como del bebé. Cuando de alguna manera la mamá-por-ser se encuentra al otro lado de mi línea telefónica, en mi oficina o en el otro extremo de un correo electrónico, me siento aliviada. Ella ha encontrado un recurso confiable disponible para adolescentes embarazadas para ayudarles a responder a estas importantes preguntas que tienen la potencial de cambiarle la vida.

MotherToBaby, un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información sobre Teratología (OTIS), ofrece información al día, basada en la evidencia, para las madres, los profesionales de la salud y el público en general acerca de exposiciones potencialmente nocivas, como el alcohol, drogas y medicamentos , durante el embarazo y durante la lactancia. Cada pregunta que recibe MotherToBaby es investigada por un profesional como yo. De preguntas sobre el repelente de insectos al consumo de drogas ilegales, ¡MotherToBaby lo ha visto todo! Así que, ¿cuáles son algunas de las preguntas más frecuentes que recibo de las madres jóvenes?

ALCOHOL. «¿Puedo beber alguna cantidad de alcohol durante el embarazo?» Ninguna cantidad de alcohol es segura durante el embarazo. Sin embargo, los bebés expuestos a grandes cantidades de alcohol en una ocasión (es decir, consumo excesivo de alcohol) y / o frecuentemente durante el embarazo pueden estar en riesgo de Trastorno del Espectro Alcohólico Fetal (FASD). Los bebés con FASD pueden tener uno o más de los siguientes: defectos de nacimiento, discapacidad intelectual, problemas de aprendizaje y/o trastornos y / o problemas de comportamiento.

CIGARRILLOS. «¿Por qué no puedo fumar cigarrillos mientras estoy embarazada?» Hay más de 4.000 productos químicos y toxinas en el humo del cigarrillo. Varios de estos pueden atravesar la placenta y disminuir la cantidad de oxígeno y nutrientes disponibles para el bebé. Los estudios sobre tabaquismo intenso (fumar más de 15 cigarrillos por día) durante el embarazo han mostrado un aumento del riesgo de fisuras orales en los recién nacidos, así como una mayor probabilidad de parto prematuro, bajo peso al nacer o aborto espontáneo. Los efectos a largo plazo han incluido un mayor riesgo de asma infantil, bronquitis e infecciones respiratorias, así como el TDAH. Nunca es demasiado tarde para dejar de fumar – ¡incluso reduciendo el número de cigarrillos fumados por día ayudará!

MARIJUANA. «He oído que está bien fumar marihuana durante el embarazo. ¿Es esto cierto?» Existe información contradictoria acerca de los efectos de la marihuana en un embarazo. Mientras que algunos estudios recientes han demostrado que no se ha asociado con un mayor riesgo de defectos de nacimiento o complicaciones, no hay suficientes datos disponibles para decir esto con 100% de confianza. Además, los problemas cognitivos y conductuales se han visto con más frecuencia en los niños cuyas madres eran usuarios «pesados» de marihuana (marihuana usado una o más veces al día). Una vez más, la evidencia no es concluyente y algunos estudios reportan resultados contradictorios. Además, fumar es fumar, por lo alto consumo pesado de marihuana durante el embarazo puede estar asociado con muchos de los mismos problemas que el uso del cigarrillo.

METANFETAMINAS. «He usado metanfetaminas en el pasado. ¿Está bien usarlo de vez en cuando mientras estoy embarazada? «Las metanfetaminas (meth) no se debe utilizar en cualquier momento durante el embarazo. El uso de metanfetamina se ha asociado con un mayor riesgo de parto prematuro o aborto espontáneo. El uso de metanfetamina más tarde en el embarazo también se ha asociado con bebés que experimentan síntomas de

abstinencia después de nacer. Actualmente, no hay datos suficientes para saber si el consumo de metanfetamina durante el embarazo aumenta el riesgo de defectos de nacimiento, sin embargo el uso pesado de metanfetamina durante el embarazo puede aumentar el riesgo de problemas de aprendizaje.

No hay duda que el camino por adelante estará lleno de muchas más preguntas para un padre joven, pero me gustaría pensar que el recibir una evaluación de riesgos personalizada y fiable sobre las exposiciones durante el embarazo y la lactancia será el comienzo de un importante sistema de apoyo que ella construye para sí misma.

Jennifer Lemons, MS, es Consejera de Genética Acreditada e instructor clínico en el Departamento de Pediatría, División de Genética de la Universidad de Texas Medical. Además de proporcionar asesoramiento teratógeno para Texas TIPS MotherToBaby, ella ofrece servicios de asesoramiento genético en el Centro de Hemofilia y trombofilia de Estados del Golfo en Houston. Un agradecimiento especial a Meagan Giles, un estudiante de asesoramiento genético de segundo año con la Universidad de Texas Programa de Consejera Genético, que también aportó información a este blog.

***MotherToBaby** es un servicio de la Organización Internacional de Especialistas en Información de Teratología (OTIS), un recurso sugerido por varias agencias incluyendo los Centros del Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Si usted tiene preguntas relacionadas al alcohol, medicamentos, vacunas, enfermedades, u otras exposiciones llame a MotherToBaby gratis al 866-626-6847 o comuníquese por texto a nuestro* **nuevo número de texto (855) 999-3525. Usted también puede visitar nuestra página web https://mothertobaby.org/es/.**

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 5 de mayo de 2016.