

La lactancia materna y los medicamentos opiáceos para el dolor

¿Qué es un medicamento opiáceo para el dolor?

Los **opiáceos** son medicamentos para el dolor potentes disponibles únicamente con receta médica. Los opiáceos se recetan algunas veces después de una cirugía o del parto. Su receta puede tener nombres de marca tales como **Percocet, Norco o Roxicodone**. También puede incluir nombres genéricos como **oxicodona** o **hidrocodona**.

Nota: en este folleto no habla sobre la **anestesia**, la cual se utiliza para el control del dolor durante la cirugía. El medicamento anestésico sale de su cuerpo muy rápido después de la cirugía y, por lo general, no afecta a la leche materna.

¿Por qué necesito medicamentos opiáceos para el dolor?

El control de su dolor después de la cirugía es muy importante. No solo le hace estar más cómoda, le ayuda a sanar y recuperarse. A medida que sana y se recupera, puede cuidar mejor de su bebé y de sí misma. Su médico puede recetar un medicamento opiáceo para el dolor si usted ha tenido:

- Una cesárea.
- Una herida o desgarro en el área vaginal durante el parto. (Rara vez se recetan opiáceos después de un parto vaginal si no hay heridas o desgarros).
- Cualquier cirugía o condición que causa dolor intenso.



¿Es seguro amamantar mientras estoy tomando medicamentos opiáceos para el dolor?

Sí. Cuando estos medicamentos se toman de acuerdo a como fueron recetados, el riesgo para su bebé es muy pequeño. Tienen el menor riesgo cuando:

- Usted solo toma la cantidad necesaria para calmar el dolor.
- Solo los toma durante el tiempo indicado. Por lo general, un corto período de 4 a 6 días o menos.

No permita que sus preocupaciones acerca de los medicamentos opiáceos para el dolor le impidan recurrir a la lactancia. Los beneficios de la lactancia son mayores que los riesgos de estos medicamentos. Si usted corta la lactancia, corre el riesgo de perder su producción de leche.

¿Cómo me preparo antes de la cirugía?

Si se va a someter a una cirugía, puede extraer leche materna por adelantado y guardarla para su bebé.

- **En los días previos a la cirugía**, extraiga leche con un extractor de leche y congélela para que su bebé la reciba mientras usted está en la cirugía. Esta leche también puede ser utilizada si usted no se siente con ánimo de amamantar inmediatamente después de su cirugía.
- **Extraiga leche justo antes de entrar al quirófano.** Asegúrese de traer su sacaleches al hospital.
- **Justo después de la cirugía**, extraiga leche si no siente ánimo de amamantar inmediatamente. Esto es importante para mantener la producción de leche y evitar que sus senos se llenen demasiado y se sientan incómodos.

Si usted necesita un extractor de leche o si tiene preguntas acerca de la lactancia, solicite hablar con un asesor en lactancia del hospital.

¿Cómo puedo tomar opiáceos de manera segura?

- **Informe a su médico sobre cualquier cosa que usted esté tomando.** Lleve una lista de los medicamentos recetados, los medicamentos de venta libre (como jarabe para la tos o pastillas para las alergias) parches, inhaladores, inyecciones, vitaminas y píldoras herbarias que esté utilizando. Cuénteles a su médico si utiliza drogas callejeras o bebe alcohol.

El médico de su bebé le informará si es seguro utilizar estos durante la lactancia.

- **Siempre tome sus medicamentos exactamente como los recomendó su médico.**
 - **Si usted acaba de dar a luz,** la mayoría del dolor se puede controlar con medicamentos no opiáceos, como acetaminofeno (Tylenol u otros) o ibuprofeno (Motrin, Advil u otros). Use los medicamentos opiáceos que el médico le recetó solamente cuando otros medicamentos no pueden calmar el dolor.
 - **Si le acaban de hacer una cirugía,** su médico ajustará su receta a un nivel que sea seguro para su bebé.
- **NO tome Tylenol adicional.** El acetaminofeno es un ingrediente activo en Tylenol y otros medicamentos para el dolor. Algunos medicamentos recetados, incluyendo los opiáceos, también contienen Tylenol. Tomar mucho acetaminofeno puede causar una sobredosis. Tome solamente lo que el médico recomiende.
- **Esté atento a las señales de una sobredosis de opiáceos.** Aún cuando se toman correctamente, los opiáceos pueden disminuir el ritmo de la respiración y pueden poner en peligro la vida. Informe a sus familiares que está tomando opiáceos. Si notan que se le hace difícil despertar, su respiración está lenta, o sus labios y uñas se vuelven azules, deben llamar al 911 y administrar naloxona. Para más información, vea las instrucciones del folleto *Naloxona para la sobredosis de opioides*.

Después de una semana, si todavía necesita una receta de medicamento para el dolor en un horario regular (de cada 4 a 6 horas), o el dolor empeora, llame a su médico.

¿Cómo doy de lactar de manera segura?

Su médico le entregará una cantidad de opiáceos que serán seguros para su bebé. Si está preocupada acerca de los efectos de los opiáceos, aquí le mostramos algunos pasos que puede tomar:

- **Tome opiáceos justo antes de alimentar a su bebé.** El medicamento para el dolor surte mayor efecto dentro de su cuerpo entre 1 y 2 horas después de haberlo tomado. Si lo toma justo antes de amamantar, el medicamento debería estar fuera de su cuerpo justo antes de la próxima vez que amamante (vea un ejemplo del horario en la página 3).
- Vigile a su bebé para detectar los efectos de los opiáceos.

¿A qué debo estar atento?

- Esté atenta a los efectos secundarios cuando empiece a tomar opiáceos. También, siga de cerca cuando deje de tomarlos o cambie la cantidad. Si nota alguno de los síntomas a continuación, llame a su médico. Si no puede comunicarse con su médico, vaya a la sala de emergencia más cercana:
 - Su bebé está mucho más dormido de lo normal o es difícil despertarlo para alimentarlo
 - Los patrones de lactancia de su bebé cambian o no puede succionar tan bien como de costumbre
 - Su bebé está estreñido o tiene diarrea
 - **Su bebé tiene temblores o comienza a temblar**
 - **Su bebé comienza a vomitar**

¿Qué debo hacer con los medicamentos que me sobran?

Deshágase de los medicamentos sobrantes en un punto de recogida de medicamentos. Puede ser peligroso guardar las pastillas sin usar. Puede encontrar puntos de recogida en estos sitios web:

- National Association of Boards of Pharmacy (NABP) <https://safe.pharmacy/drug-disposal/>
- U.S. Drug Enforcement Agency (<https://apps2.deadiversion.usdoj.gov/pubdispsearch/spring/main?execution=e1s1>).

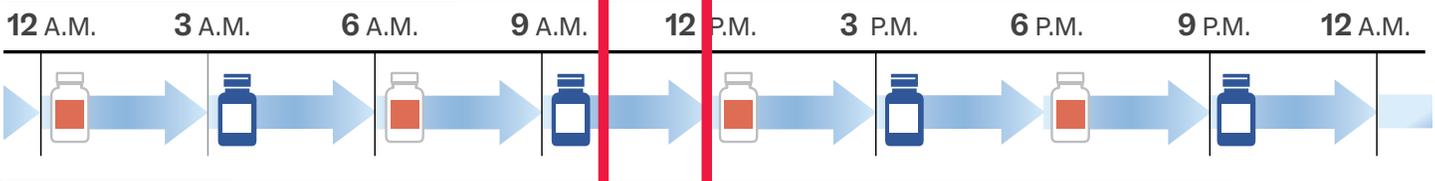
Es mejor no tirar medicamentos al inodoro. Pueden contaminar el suministro de agua.

Ejemplos de horarios para tomar opiáceos mientras amamanta

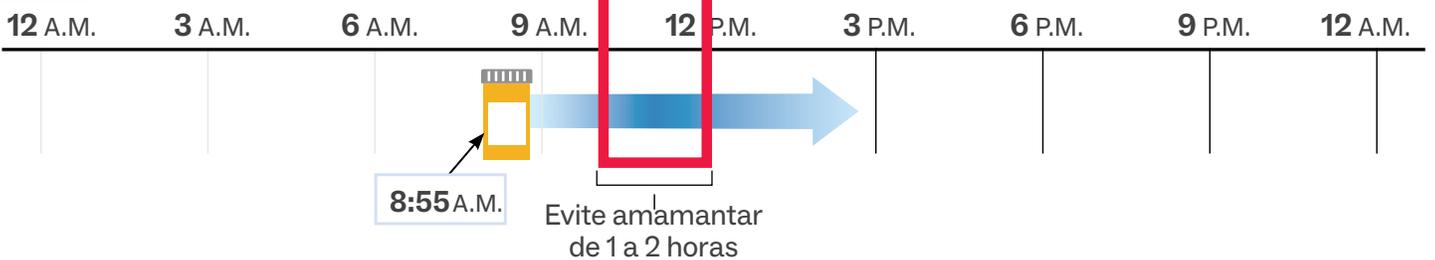
Horario de lactancia: cada 2 a 3 horas



Horario seguro sin opiáceos: cada 3 horas



Medicamentos opiáceos: tanto como sea necesario para el dolor



= lactancia



= acetaminofeno



= ibuprofeno



= medicamentos opiáceos

Horario de lactancia

Amamante **cada 2 a 3 horas**.

Horario seguro sin opiáceos

Alterne entre acetaminofeno e ibuprofeno **cada 3 horas** para el dolor y la hinchazón. El acetaminofeno y el ibuprofeno se pueden tomar de manera segura en cualquier momento durante el horario de lactancia. Si su dolor se puede controlar en este ciclo, evite tomar medicamentos opiáceos.

Medicamentos opiáceos

Tome medicamentos opiáceos para el dolor intercurrente tanto como sea necesario **justo antes** de amamantar. **Evite amamantar entre 1 a 2 horas después de tomar el medicamento opiáceo**. Este es el momento cuando está en el nivel más alto en su cuerpo. Es importante tomar el medicamento opiáceo **justo antes de amamantar para que su bebé esté expuesto al medicamento tan poco como sea posible**.

Su médico puede recetar medicamentos opiáceos para tomar en un horarios de 4 a 6 horas, **pero solo tome cuando sea necesario**.