

# La lactancia materna y los medicamentos opioides para el dolor

## ¿Qué es un medicamento opioide para el dolor?

Los opioides son medicamentos para el dolor potentes disponibles únicamente con receta médica. Los opioides se recetan algunas veces después de una cirugía o del parto. Su receta puede tener nombres de marca tales como **Percocet**, o **Tylenol #3**. 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 opioides 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 opioide para el dolor si usted ha tenido:

- Una cesárea.
- Una herida o desgarro en el área vaginal durante el parto. (Rara vez se recetan opioides 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 opioides 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 opioides 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.

Sin embargo, usted necesita tomar algunas medidas para limitar la cantidad de medicamentos para el dolor que su bebé recibe. **Las instrucciones al dorso de este folleto le ayudarán a amamantar en forma segura.**

## ¿Cómo me preparo antes de la cirugía?

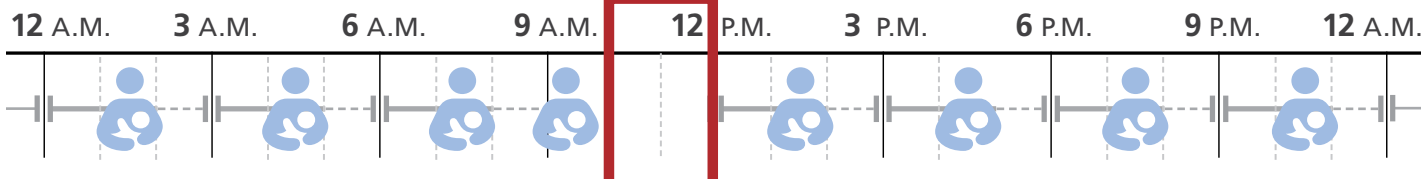
Si le van a hacer una cirugía, puede extraer leche materna por adelantado y guardarla para su bebé.

- **En los días previos a la cirugía**, extraiga leche con un sacaleches 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.

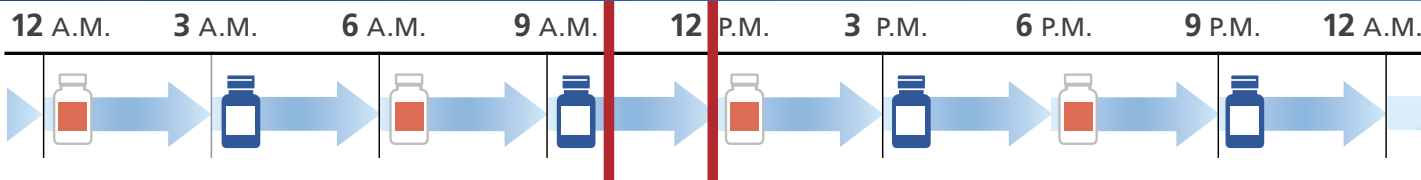
Si usted necesita un sacaleches o si tiene preguntas acerca de la lactancia, solicite hablar con un asesor en lactancia del hospital.

# Ejemplos de horarios para tomar opioides mientras amamanta

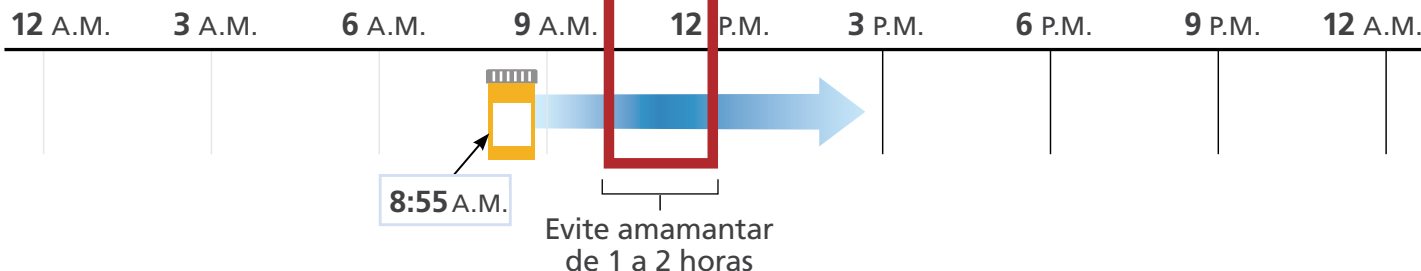
## Horario de lactancia: cada 2 a 3 horas



## Horario seguro sin opiodes: cada 3 horas



## Medicamentos opioides: tanto como sea necesario para el dolor



= lactancia



= acetaminofeno



= ibuprofeno



= medicamentos opioides

### Horario de lactancia

Amamante cada 2 a 3 horas.

### Horario seguro sin opiodes

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 opioides.

### Medicamentos opioides

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

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

## ¿Cómo puedo amamantar a mi bebé de manera segura?

Para proteger a su bebé durante la lactancia materna:

- **Informe a su médico sobre cualquier cosa que usted esté tomando.** Traiga 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 lo recomendó su médico.**
  - **Si usted acaba de dar a luz,** no tendrá mucha leche durante aproximadamente 4 días. Para el momento en que su leche salga, es mejor controlar su dolor con medicamentos no opioides, como acetaminofeno (Tylenol u otros) o ibuprofeno (Motrin, Advil u otros).
  - **Si le acaban de hacer una cirugía,** su médico ajustará su receta a un nivel que sea seguro para su bebé.
- **Tome el medicamento opioide justo antes de amamantar a su bebé (vea el horario en la página 2).** 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 bebería estar fuera de su cuerpo justo antes de la próxima vez que amamante.
- **Llame a su médico si,** una semana después de la cirugía o del parto:
  - Aún necesita tomar medicamentos para el dolor recetados de manera regular (cada 4 o 6 horas).
  - Su dolor empeora.

- **NO tome Tylenol adicional.** El acetaminofeno es un ingrediente activo en Tylenol y otros analgésicos. Algunos medicamentos recetados, incluyendo los opioides, también contienen Tylenol. Tomar mucho acetaminofeno puede causar una sobredosis. **No tome acetaminofeno adicional si está tomando opioides y otros medicamentos para el dolor que contenga acetaminofeno.**

## ¿A qué debo estar atento?

Si su bebé presenta cualquiera de los siguientes síntomas, llame a su médico. Si no puede ponerse en contacto con su médico, vaya a la sala de emergencias.

- Su bebé está más somnoliento de lo normal o es difícil despertarlo para alimentarlo.
- Cambian los patrones de lactancia materna de su bebé o él no puede succionar tan bien como lo habitual.
- Su bebé tiene estreñimiento.

### ¿Qué debo hacer con los medicamentos opioides sobrantes?

**Deseche los medicamentos sobrantes entréguelos en un sitio de recolección de drogas.** Las pastillas sin usar pueden ser peligrosas si se dejan por ahí. Puede encontrar sitios de devolución en las siguientes páginas web:

- Use Only As Directed ([useonlyasdirected.org](http://useonlyasdirected.org))
- U.S. Drug Enforcement Agency (<https://apps2.deadiversion.usdoj.gov/pubdispsearch/spring/main?execution=e1s1>).

No es una buena idea tirarlas por el inodoro ya que pueden contaminar el suministro de agua.

*Breastfeeding and Opioid Pain Medication*

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.