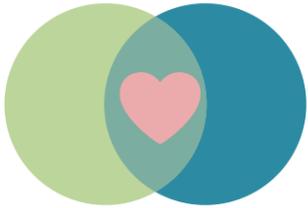


# Cómo cuidar a un bebé con síndrome de abstinencia neonatal (NAS)



## Use las palabras correctas

Estuve expuesto a sustancias en el útero. No soy un adicto. Mis padres pueden o no tener un trastorno por consumo de sustancias (SUD).



## Atiéndonos juntos

Los padres y los bebés se necesitan los unos a los otros. Ayúdenos a crear lazos. Siempre que sea posible, brinde mi cuidado junto con el de ellos y enséñeles cómo satisfacer mis necesidades.



## Apoye el alojamiento conjunto de la madre y el recién nacido

A los bebés como yo les gusta estar en una habitación tranquila, silenciosa y con poca luz donde podamos estar cerca de quienes nos cuidan.



## Fomente el método de la madre canguro

El contacto directo con la piel materna me ayuda a estabilizarme y autorregularme. Ayuda a aliviar los síntomas que se presentan durante la abstinencia. También promueve la creación de lazos.



## Pruebe la atención no farmacológica

Ayúdeme a calmarme. Envuélvame cómodamente. Ofrézcame un chupete. Proteja mis horas de sueño "agrupando" las tareas de cuidado.



## Apoye la lactancia materna

La leche materna es importante para mi salud gastrointestinal. La lactancia materna se recomienda cuando las madres son pacientes sin infección por el VIH y reciben atención supervisada por un médico. Ayude a mis padres a alcanzar sus objetivos de extracción de leche y lactancia.



## Alivie mis síntomas

Si tengo síntomas de abstinencia que me dificultan comer, dormir y sentir alivio, cree un plan de atención que me ayude a sentirme cómodo.



Academy of Perinatal  
Harm Reduction

[www.perinatalharmreduction.org](http://www.perinatalharmreduction.org)



[www.nationalperinatal.org](http://www.nationalperinatal.org)

