

CONSUMO DE MARIHUANA (CANNABIS) DURANTE EL EMBARAZO: CÓMO CUIDAR DE TI Y DE TU BEBÉ

¡Sólo porque sea legal no significa que sea seguro para el bebé!

Los Efectos de la Marihuana en la Salud durante el Embarazo

Fumar o vaporizar marihuana puede causar enfermedades pulmonares, problemas de memoria y de estado de ánimo a los consumidores. El consumo de marihuana durante el embarazo también puede perjudicar al bebé.^{1,2}

Algunos daños potenciales para el bebé incluyen:



- Desarrollo cerebral a largo plazo, problemas de memoria, aprendizaje y comportamiento



- Mayor riesgo de muerte fetal



- Restricción del crecimiento fetal (el bebé no gana suficiente peso antes de nacer)



- Bajo peso al nacer



- Nacimiento prematuro (nacer antes de las 37 semanas de gestación)

Efectos de la marihuana en la salud durante la lactancia

La Academia Americana de Pediatría recomienda no consumir marihuana durante la lactancia. Esto se debe a que las sustancias químicas de la marihuana pueden pasar a través de la leche materna y afectar al desarrollo a largo plazo del bebé.

^{1,2}

Riesgos legales del consumo de marihuana durante el embarazo

Cuando las personas consumen marihuana durante el embarazo, la ley del estado de Michigan exige que los médicos evalúen al bebé. Esto puede incluir la realización de una prueba de drogas al recién nacido. **Si la prueba de drogas es positiva o el bebé tiene síntomas de abstinencia, el médico está obligado a presentar un informe a los Servicios de Protección Infantil.**³ En ese caso, los Servicios de Protección de Menores deben realizar una evaluación de los casos de maltrato y abandono infantil. Además, la marihuana sigue siendo ilegal a nivel federal.

Pruebas de marihuana para bebés

Las pruebas de marihuana se realizan de forma diferente en cada clínica. Por ejemplo, en Michigan Medicine, se realizan pruebas de heces a los recién nacidos cuando las personas embarazadas declaran haber consumido marihuana después del primer trimestre de embarazo. Los siguientes son algunos de los métodos que pueden utilizar los proveedores para detectar la presencia de marihuana:

- Pruebas de drogas por orina: pueden dar positivo hasta un mes después del último consumo de la persona embarazada.
- Pruebas de heces de recién nacidos (meconio): pueden dar positivo hasta cinco meses después del último consumo de la embarazada.



Cómo Obtener Ayuda para Dejar de Consumir Marihuana Durante el Embarazo

Si está usando marihuana para las náuseas, su proveedor puede recomendarle tratamientos más seguros para las náuseas. Si la consume para tratar la ansiedad, la depresión, el estrés o el trastorno de estrés postraumático,⁴ su proveedor puede ayudarlo con el manejo del estrés, terapia de conversación, medicamentos u otros apoyos. Si consumes marihuana con fines recreativos y te resulta difícil dejarla por ti mismo, aquí tienes algunos tratamientos que pueden ayudarte:

- **Terapia Cognitivo-Conductual** - una forma de terapia conversacional que te ayuda a desarrollar estrategias para afrontar el abandono de la marihuana.
- **Manejo de Contingencias** - un tratamiento con recompensas positivas por dejar de usar o reducir el consumo.
- **Estímulo Motivacional** - un tratamiento que te ayuda a identificar tu propia motivación para dejar de consumir.

¿Qué puede hacer ahora?

- Pide que te pongan en contacto con un trabajador social: si necesitas ayuda para dejar de consumir marihuana o reducir el consumo, tu enfermera, médico o matrona pueden ponerte en contacto con un trabajador social que te ayude.
- Habla con tu equipo de atención primaria - tu profesional de salud puede proporcionar tratamiento (incluyendo medicación), ayudarte a manejar el estrés o remitirse a un especialista

¿Qué pasa si no quieres dejar de consumir marihuana?

Los profesionales médicos y de la comunidad pueden ayudarte a tener un embarazo lo más seguro posible, lo que incluye reducir el consumo de marihuana aunque no quieras dejarlo por completo. Es importante entender que la ley estatal requiere que los proveedores realicen pruebas de drogas y hagan un informe a los Servicios de Protección Infantil si su recién nacido da positivo en marihuana.³

Recursos de Apoyo Comunitario

- [Michigan Tobacco Quitlink](https://michigan.quitlogix.org/es-ES) no es sólo para consumidores de tabaco, también ofrecen servicios GRATUITOS para ayudar a la gente a dejar la marihuana. Llame al 800-QUIT-NOW (800-784-8669) o visite <https://michigan.quitlogix.org/es-ES> para obtener ayuda para dejar de fumar.
- [Washtenaw County Community Mental Health \(WCCMH\)](#) ofrece apoyo para el uso de sustancias y servicios de salud mental a todas las personas en el condado de Washtenaw, tengan o no un diagnóstico, cobertura de seguro o la capacidad de pagar por los servicios. Los servicios telefónicos están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, llamando al 734-544-3050.
- [Community Mental Health Partnership of Southeast Michigan \(CMHPSM\)](#) provee servicios de salud mental para individuos con necesidades de uso de sustancias. Llame al 734-344-6079 o envíe un correo electrónico a help@cmhpsm.org
- [Home of New Vision](#) es una agencia de tratamiento de trastornos por uso de sustancias y salud mental que ofrece programas de recobro personalizados y servicios especializados para ayudar a las personas a dejar de consumir. Llame al 734-975-1602

References:

1. Baranger DAA, Paul SE, Colbert SMC, et al. Association of Mental Health Burden With Prenatal Cannabis Exposure From Childhood to Early Adolescence: Longitudinal Findings From the Adolescent Brain Cognitive Development (ABCD) Study. *JAMA Pediatr.* 2022;176(12):1261–1265. doi:10.1001/jamapediatrics.2022.3191.
2. Metz TD, Stickrath EH. Marijuana use in pregnancy and lactation: a review of the evidence. *American Journal of Obstetrics and Gynecology.* 2015;213(6):761-778. doi:10.1016/j.ajog.2015.05.025.
3. State of Michigan. Children's Protective Services Manual. Michigan Department of Health and Human Services. 2023 Aug 1; <https://dhhs.michigan.gov/OLMWEB/EX/PS/Public/PSM/716-7.pdf>.
4. Vanstone M, Taneja S, Popoola A, Panday J, Greyson D, Lennox R, McDonald SD. Reasons for cannabis use during pregnancy and lactation: a qualitative study. *CMAJ.* 2021 Dec 20;193(50):E1906-E1914. doi: 10.1503/cmaj.211236. Erratum in: *CMAJ.* 2022 Mar 7;194(9):E342. PMID: 34930765; PMCID: PMC8687504.

Desarrollado en consulta con la Dra. Lauren D. Oshman, Michigan Medicine, Universidad de Michigan

Para más información: washtenaw.org/marijuana



Washtenaw County
Health Department