

Las benzodiazepinas y la lactancia



Puede ser seguro amamantar o dar el pecho a su bebé mientras está tomando oxazepam, clobazam o lorazepam que proviene de una farmacia.

Si está tomando otros tipos de benzodiazepinas, dosis que le producen euforia o pastillas que no provienen de una farmacia, no es seguro dar el pecho o amamantar.

¿Qué son las benzodiazepinas?

Las benzodiazepinas como Valium (diazepam), Xanax (alprazolam), Klonopin (clonazepam) y Ativan (lorazepam) son “tranquilizantes”. Reducen el ritmo de la respiración, la frecuencia cardíaca y los mensajes entre el cerebro y el cuerpo. La ingesta de benzodiazepinas con otros tranquilizantes, como opiáceos o alcohol, puede provocar una sobredosis accidental.

¿Las benzodiazepinas pueden pasar a la leche humana?

Sí. Si toma benzodiazepinas, la leche tendrá benzodiazepinas.

La cantidad que esté presente en la leche dependerá de la cantidad que tome, del tipo de benzodiazepinas que tome y del tiempo transcurrido desde la ingesta.

Acerca del uso de benzodiazepinas con receta médica

- Hable con su proveedor de atención médica sobre la benzodiazepina y la cantidad que está tomando para decidir si la lactancia es una opción adecuada para usted y su bebé.

Si a veces toma benzodiazepinas sin receta médica o si las vuelve a tomar después de haberlas suspendido

Antes de tomar benzodiazepinas:

- Planifique cómo alimentará a su bebé. Extráigase leche y almacénela, o compre fórmula para bebés o leche de donante.

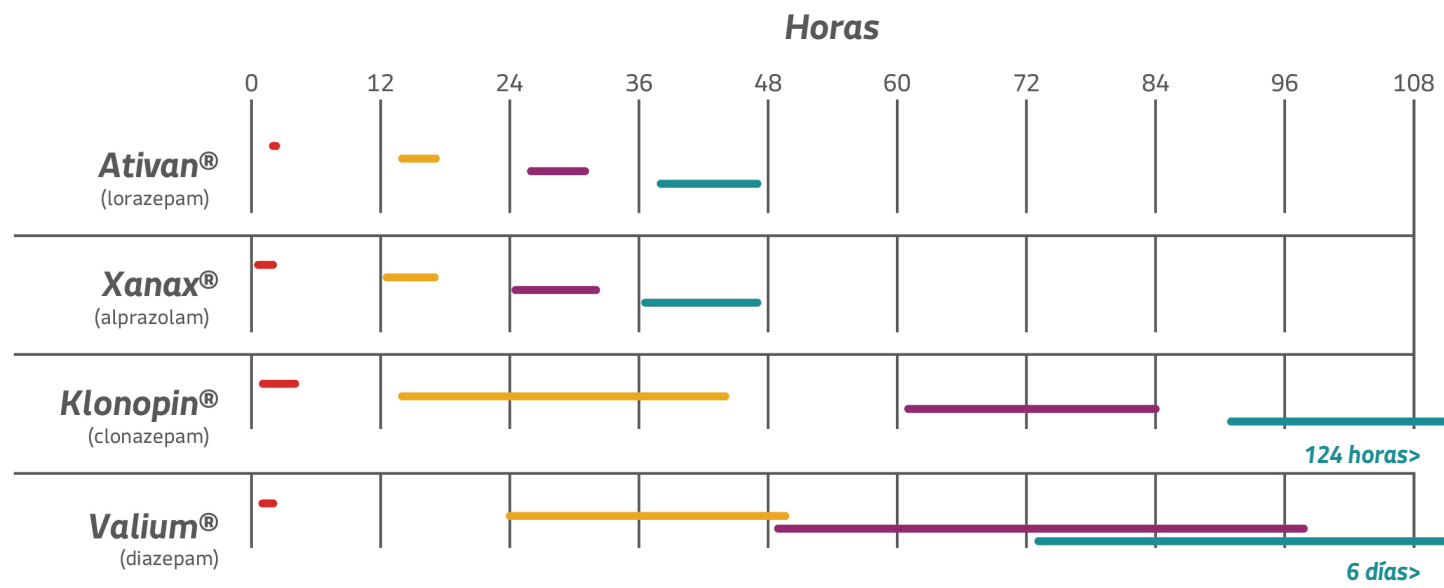
Después de tomar benzodiazepinas:

- Puede alimentar a su bebé con fórmula para bebés, leche de donante o la leche que se haya sacado antes de tomar benzodiazepinas.
- Para tener mayor comodidad, puede sacarse leche y luego desecharla hasta que esta no tenga benzodiazepinas.
- Una buena forma de mantener la producción de leche es sacarse leche con la misma frecuencia con la que suele amamantar o dar el pecho a su bebé.

Antes de volver a amamantar o dar el pecho, ¿cuánto tiempo debería sacarse leche y desecharla?

- No existe una cantidad de tiempo precisa durante la cual deba sacarse leche y desecharla si está tomando benzodiazepinas.
- Extráigase leche y deséchela durante al menos 2 a 4 horas después de tomar benzodiazepinas. Le recomendamos esperar más.

Niveles de benzodiazepinas en la leche y el organismo después de la ingesta:



Clave

- El nivel de benzodiazepinas es el máximo después de la ingesta
- El nivel de benzodiazepinas es $\frac{1}{2}$ de su nivel más alto después de la ingesta
- El nivel de benzodiazepinas es $\frac{1}{4}$ de su nivel más alto después de la ingesta
- El nivel de benzodiazepinas es $\frac{1}{8}$ de su nivel más alto después de la ingesta



Cuide su salud y seguridad y la de su bebé

- Tome un complejo vitamínico con yodo y coma frutas y verduras de colores vivos para aumentar el contenido nutritivo de la leche.
- Hable con el proveedor de atención médica de su bebé si el niño está más somnoliento de lo habitual, tiene dificultad para comer o está estreñido.
- Busque una niñera para que cuide al bebé cuando usted esté bajo los efectos de estas sustancias.
- No conduzca mientras esté bajo los efectos de las benzodiazepinas.
- Evite dormir con su bebé después de haber tomado benzodiazepinas. El riesgo de asfixiar por accidente al bebé es mayor. La forma más segura para dormir es compartir la habitación con el bebé, pero este debe dormir en la cuna.
- Puede reducir los efectos negativos sobre el bebé al tomar una cantidad menor de benzodiazepinas, hacerlo con menos frecuencia y esperar a que la leche no contenga benzodiazepinas para amamantar o dar el pecho al bebé.
- Almacene las benzodiazepinas y otras sustancias en un lugar seguro. Esto es especialmente importante si vive con bebés o niños pequeños.
 - **Si cree que su bebé ha ingerido benzodiazepinas**, llame al Servicio de Toxicología al 800-222-1222.
 - **Llame al 911** si el bebé respira lentamente, deja de respirar, tiene dificultad para despertarse, tiene la piel o los labios de color azul, está aletargado, demasiado somnoliento o tiene vómitos o diarrea que no cesan.

Cómo pueden afectar las benzodiazepinas a un bebé

Las benzodiazepinas pueden hacer que los bebés estén somnolientos, tengan dificultad para despertarse o comer, presenten ictericia neonatal, estén menos alertas e interactúen menos. Cerca del 2 % de los bebés que se alimentan con leche humana que contiene benzodiazepinas presentarán alguno de estos síntomas. No es seguro amamantar o dar el pecho al bebé si está tomando más de una benzodiazepina, dosis altas de benzodiazepinas o si está tomando benzodiazepinas con alcohol, opiáceos u otro tranquilizante.

Algunos bebés presentan síntomas de abstinencia si su progenitor lactante deja de tomar benzodiazepinas o deja de amamantarlos o darles el pecho. Debe prestar atención a los siguientes síntomas: mayor irritabilidad, agitación y llanto de lo habitual. Busque atención médica si su bebé no come, no duerme o no se calma. Si toma benzodiazepinas, intente reducir la cantidad que ingiere antes de dejarlas por completo.

Si tomo benzodiazepinas mientras estoy embarazada, ¿mi bebé tendrá síntomas de abstinencia después de nacer?

Si toma opiáceos durante el embarazo, el bebé podría tener síntomas de abstinencia después de nacer. El bebé también deberá permanecer en el hospital unos días más.

Al dar a luz, el mejor tipo de cuidado para usted y su bebé consiste en comer, dormir y consolar. Este tipo de cuidado incluye lo siguiente:

- Usted y su bebé permanecen juntos en la misma habitación.
- La habitación se mantiene tranquila con la luz tenue.
- Usted envuelve y sostiene a su bebé.
- Amamanta al bebé o mantiene el contacto con él piel con piel mientras este toma el biberón.

No todos los hospitales ofrecen el método de cuidado “comer, dormir, consolar”. Para saber si el hospital en el que planea dar a luz ofrece este método, puede hacer lo siguiente:

- Preguntar a su proveedor de atención prenatal si el hospital en el que desea dar a luz ofrece el método “comer, dormir, consolar”.
- Puede llamar al número de teléfono principal del hospital y preguntar a la operadora por el departamento de maternidad (a veces se lo denomina plantas o unidades de “posparto”, “anteparto” o “materno-infantil”). El personal de enfermería que trabaja allí debe saber si ofrecen el método “comer, dormir, consolar”.
- Si puede, elija dar a luz en un hospital que ofrezca este servicio. Es el mejor tipo de cuidado para usted y para su bebé.

Reduzca el uso de benzodiazepinas

La suspensión de la ingesta de benzodiazepinas de forma abrupta puede ser peligrosa y difícil. Hable con su proveedor de atención médica o llame a la [Línea de Ayuda para la Recuperación de Washington](#) (solo en inglés) al 866-789-1511 para obtener ayuda o información sobre cómo dejar de consumir o reducir el consumo.

Las personas utilizan diferentes términos para describir las partes del cuerpo. Algunos padres biológicos transgénero y de género no binario utilizan el término “pecho” en lugar de “mama”. En este documento, utilizamos “amamantar” y “dar el pecho” como términos intercambiables. La lactancia es un proceso biológico en el que el cuerpo produce leche para alimentar a los bebés.