



Si bu sta grávida y fuma, bebi álkool, uza makonha, uza drogas y/ou toma sertus medikamentus riseitadus, bu bebê també podi ser expostu a kes substânsias.

Bebês expostos a es substânsias antís di nasimentu podi ,mesti di apoiu y kuidadus extras. Exposison podi ter ifeitús di kurtu ou longu prazu na saúdi físika, di dizinnvovimentu, mental ou komportamental di um kriansa.

Si bu sta grávida y uza, tem kuzas ki bu ppodi fazi pa bu pripara pa tem um gravidez y um bebê saudável:

- Kuida-se diskansandu, kumendu alimentus saudáveis y konversandu ku bu médiku sobri kualker uzu atual ou anterior di substânsias.
- Sigui instrusons di bus profesionais di saúdi.
- Konekta ku um Treinadoris di Rekuperason di Pares pa obten apoiu.
- Pergunta sobri rekursus y servisus lokais pa famílias y bebês.
- Sabi kuze ku podi spera kuandu for a hospital pa bu bebê.

Kontinua ta le pa preñdi mas.

Servisus di Apoiu a Pares

Si bus ta grávida ou é mai y uza substânsias, ou konxi alguém ki sta, Treinador di Rekuperason di Pares podi djuda.

Treinadoris di Rekuperason di Pares são pissoas ki têm um transtornu di uzu di substânsias, sta na rekuperason y são treinadus y sertifikadus pa djuda pissoas na situasons simelhantis por meiu di apoiu fokadu na rekuperason siguru, personalizadu y sem julgamentu. Es sabi kuze ki bus ta passa pa el.

Parent Support Network of Rhode Island (PSNRI), Healing Mother and Baby

Liga/Text: 401-318-9577
Visit: psnri.org/help

Anchor Recovery

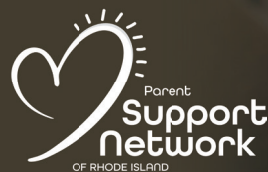
Liga: 401-615-9945 (Warwick)
401-721-5100 (Providence)
Visit: anchorrecovery.org

Rhode Island Community for Addiction Recovery Efforts (RICARES)

Liga: 401-475-2960
Visit: ricares.org

Family Visiting

Servisus di **Vizita à Família** ta txiga nab u kaza ou na um local kombinadu pa fornési apoiu y servisus pa grávidas, kriansas y famílias
Liga: 401-222-5960
Visit: health.ri.gov/familyvisiting



Gravidez podi ser um momentu emocionanti.

També podi ser dizafiador si bu ta fuma, bebi, uza drogas ou toma medikamentus.



Bebês podi preciza di kuidadus spesiais si es for expostus a sertas substânsias, inkluindu stimulantis komu kokaína y metanfetaminas, ou opioidis komu oxikodona, hidrokodona, kodeína, heroína y fentanil.

Bebês expostus a opioidis y medikamentus di tratamentu ku opioidis, komu metadona ou buprenorfina (Subutex ou Suboxone), podi aprizenta

síndromi di abstinênsia neonatal (NAS) após nasimentu. Nem tudu medikamentus debi ser interrompidus duranti gravidez, por issu é importanti informa a bu médiku kuzé ki bus ta toma.

Si keli ta diskrevi bu situason, bu ka sta bó só. Rhode Island tem apoiu y servisus pa djudau bó y bu bebê a fika segurus y saudáveis.



Gravidez

OBTEN INFORMASON

- Pidi pa fala ku um profissionai di saúdi ki ta trabadja ku grávidas y famílias afetadus pa uzu di substânsias.
- Solisita um konsulta di pré-natal y um vizita à unidadi di trabadju di partu y bersáriu di hospital unde bu sta planeja da luz.

OBTEN SUPORT

- Si houver preokupasons sobri sigurança di bebê pamodi pai ou otu pissoa di kasa stá uza substânsias, dipartamentu di Kriansas, Jovens y Famílias (DCYF) podi ser txomadu. DCYF kre garanti ki bebês volta pa um kasa livri di uzu di substânsias y ku um local siguru pa bebês durmi.
- Alguns Treinadoris di Rekuperason di Pares têm experiênsia pissoal ku DCYF. Es podi advoga pa bó y djudau a intendi kuzé bu podi spera.
- Nem tudu mundu ki da luz a um bebê expostu a substânsias ta ser pedidu pa enkontra ku DCYF, mas é bom sta preparadu. Um assistenti social di hospital, Vizitanti di Família ou Treinadoris di Rekuperason di Pares podi fornese apoiu y djudau a intendi kuzé bu podi spera.

Plano pa Parto

- Papia ku bu médiku pré-natal sobri um possível planu di kontroli di dor. Si bu sta atualmenti ta resebi um medikamentu komu metadona ou buprenorfina, bu dozi regular ka ta trata dor di partu ou dor di um cesariana.
- Informa ekipi di hospital si bu stiver sendu tratadu ku metadona ou buprenorfina pa ki es ka administra medikamentus komu Nubain ou Stadol, ki podi kauza abstinênsia di opioidis.
- Koneta ku rekursus y apoius na inísiu di gravidez y fazi um lista di pissoas ki podi djudau dipos ki bebê nasi. Bu profissionai di saúdi, Treinadoris di Rekuperason di Pares y otus rekursus listadus nes folhetu podi djudau.

BU STADIA NA HOSPITAL

- Bebês expostus pré-natalmenti a opioidis ou medikamentus pa tratamentu ku opioidis podi mesti fika na hospital pa ser observadus sobri sintomas di abstinênsia. Es sintomas são txoamadus di NAS. NAS é um kondison médiku temporáriu y tratável.
- Alguns bebês com NAS recebem medicação no hospital para ajudar com os sintomas de abstinência. Os bebês precisam ser desmamados desse medicamento antes

que possam ir para casa. Isso pode levar de três a sete dias ou mais.

- Se bu bebê tiver NAS, bu pode fika na hospital kuel.
- Duranti es períudu, ekipi di hospital ta trabadja ku bó pa dizenvolvi um Planu di Kuidadus Sigurus, ki é um lista personalizadu di rekursus y apoius pa bó y bu bebê.

Bus Primerus Simanas Ku Bebê

- Pais ta dizempenha um papel importanti na observa bebê kuantu a sintomas di abstinênsia y djudal a xinti midjor. Sigura bu bebê peli a peli ou amamental são algumas di maneiras pelu kuel bu podi djudal a conforta.
- Lembra di kuida di si mesmu, tambe. Diskansa bastanti. Pidi ajuda kuandu bu mesti.