

Embarazo y nicotina

*Ana T-G Paullada de Cantú**

El embarazo es un periodo en la mujer en donde existen cambios importantes tanto físicos como emocionales. Los cambios físicos incluyen cambios hormonales, de volumen, homeostáticos, etcétera. En el aspecto emocional la mujer se prepara para una relación cercana e íntima con sus infantes, y se prepara para un crecimiento emocional a través de la maternidad. Esto último puede en ocasiones crear conflictos emocionales en la futura madre, como ansiedad, depresión, sentimientos de inadecuación, etcétera, en mayor o menor grado.

Durante el embarazo se establece un estado de simbiosis entre la madre y el hijo, existe un intercambio de sustancias de uno hacia el otro, dependiendo, el bebé in útero, totalmente de la madre. Por lo tanto los hábitos y el estado físico de la madre repercutirán directamente sobre el desarrollo y crecimiento de su bebé.

Aquí nos dedicaremos específicamente a la revisión de la nicotina y el impacto en la mujer y el embarazo.

Existen múltiples sustancias que se ha demostrado alteran el desarrollo intrauterino del bebé; una de estas sustancias es la nicotina, cuyo uso es aceptado socialmente.

Actualmente el número de mujeres que fuman es mayor que en la época de nuestras madres. La dependencia a la nicotina es un problema especial en la mujer. Mientras la prevalencia del fumar en el hombre ha ido en disminución, la frecuencia en la mujer ha permanecido esencialmente sin cambio. En la actualidad los nuevos fumadores son más del sexo femenino que del masculino.

La mayoría de los fumadores comienzan en la adolescencia; el 90% de los hombres y el 85% de las mujeres fumadoras comienzan antes de los veintiún años de edad, y menos del 10% antes de los trece años. El mayor

porcentaje de mujeres fumadoras se encuentra en los años compatibles con el embarazo, lo que hace de este grupo un grupo de riesgo para complicaciones en el neonato.

El uso de tabaco en general y de la nicotina en particular actualmente cumple con los criterios de la Asociación Psiquiátrica Americana para ser considerado un Trastorno de Abuso de Sustancias, es decir, una adicción.

La dependencia a la nicotina semeja aquella del alcohol, la heroína y la cocaína. Produce patrones compulsivos y estereotipados de una droga, su uso se hace a pesar de conocer que existen efectos dañinos y produce tanto tolerancia (necesidad de utilizar mayor cantidad para encontrar los efectos deseados) cuanto dependencia, que es observada por los síntomas y signos de supresión; en otras palabras existe un *acostumbramiento* a la sustancia y el organismo *pide* su administración. La dependencia es tanto física como psicológica.

Últimamente se ha relacionado en algunos estudios el uso continuo de la nicotina en personas con niveles de ansiedad importantes y con depresión, lo que hace más difícil abandonar el abuso.

Para comprender la dificultad del abuso de nicotina mencionaremos algunos hallazgos; se ha visto que muchos adictos a la nicotina que además tenían adicción a otras drogas, encontraron más difícil el dejar de fumar que dejar de utilizar heroína, alcohol, marihuana o drogas de prescripción como tranquilizantes. Las recaídas son mayores entre fumadores que en los que utilizan otras sustancias. En algunos lugares consideran que la nicotina es de seis a ocho veces más adictiva que el alcohol. Otra observación ha demostrado que la nicotina llega al cerebro en siete segundos, más de dos veces la rapidez de la heroína al ser inyectada en el brazo. La inhalación es una forma particularmente adictiva de administrar una droga, como lo evidencia el *crack*, que es inhalado como vapores.

Debido a que el estado de intoxicación no es fácil de observar en la conducta, y la aparición de enfermedades por los gases del humo y los carcinógenos es lento, la dependencia es más insidiosa.

El tabaco contiene nicotina que es un estimulante, y además contiene acetaldehído que es un metabolito del alcohol, lo que le da propiedades sedativas. Por esto, el cigarro puede ser usado tanto para despertarnos como para tranquilizarnos.

Mientras que con otras drogas se observan alteraciones a nivel cognoscitivo o a nivel motor, el tabaco puede incluso aumentar la atención o reducir la fatiga. Por lo que las personas encuentran múltiples *razones* para continuar utilizándolo.

Consecuencias del uso de tabaco

El problema con la nicotina y los demás productos del tabaco son las consecuencias tan graves que acarrearán, como lo son: enfermedad coronaria cardíaca (angina de pecho, infarto al miocardio), enfermedad vascular periférica aterosclerótica, cáncer pulmonar y laríngeo, bronquitis

crónica, cáncer oral (de la boca), cáncer esofágico, retardo de crecimiento intrauterino y bajo peso al nacer en los bebés. Es una causa probable de problemas obstétricos (del embarazo), mortalidad infantil y úlcera péptica; además contribuye al cáncer de vejiga, páncreas y riñón, y tiene alguna asociación con el cáncer de estómago.

Las mujeres que fuman durante el embarazo tienen infantes con peso significativamente más bajo al nacer que las mujeres que no fuman. Es de interés observar que las mujeres que fuman en muchas ocasiones asocian el uso de alcohol y/o cafeína, lo cual complica más la situación, ya que el alcohol es un agente considerado teratogénico (es decir capaz de producir malformaciones congénitas).

El bajo peso al nacer nos habla de un retardo en el crecimiento del niño dentro del útero, por lo que puede llegar a presentar alteraciones por falta de madurez orgánica y menor capacidad de defensa ante el medio ambiente, como lo puede ser: dificultad respiratoria, trastornos metabólicos (como baja de azúcar o de calcio, o incremento en las bilirrubinas), anemia, daño cerebral por disminución en la oxigenación, inestabilidad circulatoria, hipotermia (disminución de la temperatura del cuerpo), infecciones, alteraciones en la coagulación.

A partir de todo lo anterior, existen varias *razones o justificaciones* para que las mujeres fumen, pero una razón muy importante para dejar de fumar es el embarazo, ya que como se ha discutido el bebé y la madre corren riesgos innecesarios durante el consumo de cigarrillos.

El problema a que nos enfrentamos en el área del abuso de sustancias en el embarazo es una falta de conocimiento, tanto a nivel público como profesional. Muy pocos futuros padres se dan cuenta que el estilo de vida, especialmente el uso y abuso de sustancias, tiene un impacto muy poderoso en el bienestar del infante recién nacido.

De acuerdo a lo explicado anteriormente es de suma importancia que la mujer que planea embarazarse o que ya se encuentre embarazada busque ayuda para dejar la adicción al tabaco. Y digo buscar ayuda adecuada, ya que como se ha visto, esto es una adicción y una persona por sí misma es difícil que logre una abstinencia prolongada. Para esto existen programas ya establecidos que dan mayores posibilidades de obtener éxito en la rehabilitación.

Nota

* Médico psiquiatra. Trabaja en adicciones desde 1984 y es cofundadora de la Institución ADC Cantú.

más artículos en: www.infoadicciones.net