

## La ayuda que necesitas está más cerca de lo que piensas.

Si estas lista para conseguir ayuda o recibir información sobre tratamiento, hay muchos programas de bajo costo en el condado de Santa Barbara. Algunos programas ofrecen becas para tratamiento.



### Sur del condado

**Project Recovery Residential Detox Center**  
(805) 963-1836

**Perinatal Program**  
(805) 308-8549

**Council on Alcoholism & Drug Abuse**  
(805) 963-1433

**Casa Serena**  
(805) 966-1260

**Zona Seca**  
(805) 963-8961

**The Daniel Bryant Youth & Family Treatment Center**  
(805) 730-7575

### Norte del condado

**Coast Valley Substance Abuse Treatment Center**  
(805) 739-1512

**Council on Alcoholism & Drug Abuse**  
(805) 963-1433

**Project PREMIE**  
(805) 925-0315

### Medio condado

**Coast Valley Substance Abuse Treatment Center**  
(805) 735-7525

**Turning Point/ Recovery Way**  
(805) 736-0357

### Ayuda en cualquier parte del condado:

**Línea de Acceso de 24 horas**    **211 Línea de Ayuda**  
1 (888) 868-1649                      2-1-1

**¿Qué significa usar sustancias?** El uso de sustancias se refiere al consumo de sustancias, incluyendo pero no limitado a alcohol, tabaco, marihuana, cocaína, éxtasis, metanfetaminas, heroína y medicamentos recetados, si has tomado un medicamento de una manera diferente de lo que el médico recetó..

## Lo que debes saber si estás usando sustancias y embarazada



## No estas sola. Te podemos ayudar.

Condado de Santa Barbara  
Departamento de Salud Pública  
Programa de Salud Materna, Infantil y del Adolescente

Para mas información y recursos,  
llame al 1-800-288-8145

# No es muy tarde para tener un bebe sano.

## Empieza aquí:

- **Ir con el doctor** – Haciendo una cita con el doctor es un gran primer paso para ayudarte a ti y a tu bebe mantenerles saludable.
- **Obteniendo seguro médico**— Tú puedes calificar para Medi-Cal mientras estés embarazada y quizás después de que nazca tú bebe. Para aprender más sobre tus opciones visita tu doctor o lláma al Departamento de Servicios Sociales al 1-866-404-4007.

## ¿Qué le puede pasar a mi bebe si continuo usando sustancias?

**Parto prematuro** — Los bebes que nacen prematuros pueden tener más problemas de salud y quizás tengan que quedarse en el hospital por más tiempo.

**Nacimiento con peso bajo** — Cuando nace un bebé con peso bajo puede causar problemas de salud muy graves.

**Aborto espontáneo o nacimiento sin vida** — En algunos casos, usando sustancias puede aumentar la posibilidad de que un bebé muera en el útero o durante el parto.

**Los bebés nacidos de mamás que han estado usando sustancias pueden tener síntomas de abstinencia y son más propensos a tener problemas de salud a lo largo de su vida.**

## ¿Cómo le puedo ayudar a mi bebe si dejo de usar?

Le puedes dar a tu bebé una mejor oportunidad a una vida saludable.

Dejando el uso de sustancias, te da la oportunidad de lograr la sobriedad y disfrutar la vida con tu nuevo bebé.



## Lo que debes anticipar de atención prenatal:



### ¿Necesito dejar de usar sustancias antes de ir al doctor?

- No. Tú puedes ver al doctor aunque todavía estés usando sustancias. Es importante ir al doctor temprano y con frecuencia para ayudar a mantener tú bebé sano.
- El doctor también puede ayudarte a encontrar opciones de tratamiento que te ayudaran a dejar de usar y lograr sobriedad.

### ¿Me va a reportar el doctor con Child Welfare Services si sabe que estoy usando?

- Aunque tu doctor puede comunicarse con Child Welfare Services (CWS), CWS no puede actuar de acuerdo a un informe de tu doctor mientras que estés embarazada si no tienes otros niños.
- Si estás embarazada, tienes otros niños en casa, y tu doctor sospecha que estas abusando o descuidando de tus hijos, es requerido por ley que tu doctor debe presentar un informe con CWS.
- Si todavía estás usando cuando el bebé nace y el doctor sospecha abuso/negligencia, el doctor, por ley, debe reportarlo a CWS.
- CWS trabajará con tu familia para obtener el resultado más saludable para ti y tus hijos.

### ¿Cómo me va a beneficiar recibir atención prenatal?

- Ir con el doctor te ayudara saber cómo darle a tu bebe la mejor oportunidad de un comienzo saludable.
- También puedes ser conectada con programas de visita a casa que te puede ayudar a mantenerte saludable.

## El doctor puede ayudarte.

Financiado por el Departamento de Salud Publica del Estado de California, Division de Salud Maternal, Niños y Adolescentes.