

## Embaràs sense fum



### Programa de deshabitució tabàquica durant la gestació

Deixar de fumar és el més important que pots fer per la salut del teu fill i la teva pròpia. L'embaràs és un moment ideal per deixar de fumar.

Hi ha evidència científica dels efectes adversos del tabac en la gestació: avortament espontani, ruptura prematura de membranes, part prematur, augment de morbi-mortalitat perinatal, augment del risc de la síndrome de la mort sobtada del lactant, síndrome d'abstinència neonatal a la nicotina, baix pes al néixer, etc.

La deshabitució tabàquica millora la salut de la dona en general i es prevenen malalties lligades a aquest consum com són les respiratòries, cardiovasculars, algun càncer, alteracions de la capacitat reproductiva, com ara la reducció de la fertilitat i l'avançament de la menopausa.

A les visites del control de l'embaràs la llevadora et donarà informació, suport i tractament si cal. També disposes d'una consulta específica amb una llevadora especialitzada que et donarà tot el recolzament que necessites per aconseguir la deshabitució.