



FUMO IN GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO

Tutto ciò che mangi, bevi o inali ha effetti sul tuo corpo e quando aspetti un bambino, tutto ciò ha effetti anche sul suo, di corpo. In caso di gravidanza il consiglio principale è quello di smettere subito e di non rimandare. Le sostanze tossiche aspirate attraverso questa cattiva abitudine possono risultare davvero pericolose per il bambino, in quanto sono in grado di superare la placenta e arrivare dritte al feto.



QUALI EFFETTI PUO' PROVOCARE?

- aborto spontaneo o gravidanza extrauterina
- malformazioni (se il monossido di carbonio raggiunge il corpo del piccolo, può interferire con la normale crescita dei suoi organi interni)
- ritardi di crescita (la nicotina innanzitutto può provocare il restringimento dei vasi sanguigni e una riduzione del flusso placentare)
- parti prematuri
- trasmissione di sostanze nocive tramite il latte materno
- morte in culla

PRESTA ATTENZIONE ANCHE AL FUMO PASSIVO!!



ALCOL IN GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO



In gravidanza anche un consumo minimo costante di alcol può pregiudicare la salute e lo sviluppo del feto. Nonostante l'esistenza di una precisa controindicazione che tutela la salute del bambino in Italia ancora oggi il 50-60 % delle donne in gravidanza consuma bevande alcoliche.

Smettere di bere già durante il periodo in cui si programma la gravidanza ha un'azione di protezione nei confronti della gravidanza che verrà. Gli organi vitali, quali cuore, cervello, scheletro si formano durante i primi 10-15 giorni dopo il concepimento e spesso ciò può avvenire prima di sapere che si è in gravidanza.

EFFETTI IN GRAVIDANZA:

L'alcol attraversa la placenta e arriva direttamente al feto ad una concentrazione praticamente equivalente a quella della madre che ha assunto la bevanda alcolica. Il feto non è dotato di enzimi capaci di metabolizzare l'alcol e ne subisce gli effetti dannosi a livello cerebrale e sui tessuti in via di formazione provocando:

- Aborti tardivi
- malformazioni
- ritardo mentale
- prematurità
- basso peso alla nascita
- sindrome fetoalcolica



EFFETTI DURANTE L'ALLATTAMENTO

L'[alcol](#), così come altre sostanze, passa nel latte materno arrivando così al bambino, con le seguenti conseguenze:

- Nel sangue del neonato sono dosabili le stesse concentrazioni di [alcol](#) ([alcolemia](#)) della mamma.
- Il neonato può apparire sedato, più irritabile, affaticato nella suzione e possono comparire disturbi del sonno.
- Si può verificare un'alterazione del sapore del latte.
- Può diminuire la quantità di latte prodotta per inibizione della prolattina.
- In dosi elevate, può comportare intossicazione acuta e danni allo sviluppo psico-motorio.

Nel caso in cui la mamma abbia assunto 1-2 unità alcoliche, si raccomanda di aspettare almeno 2-3 ore prima di allattare