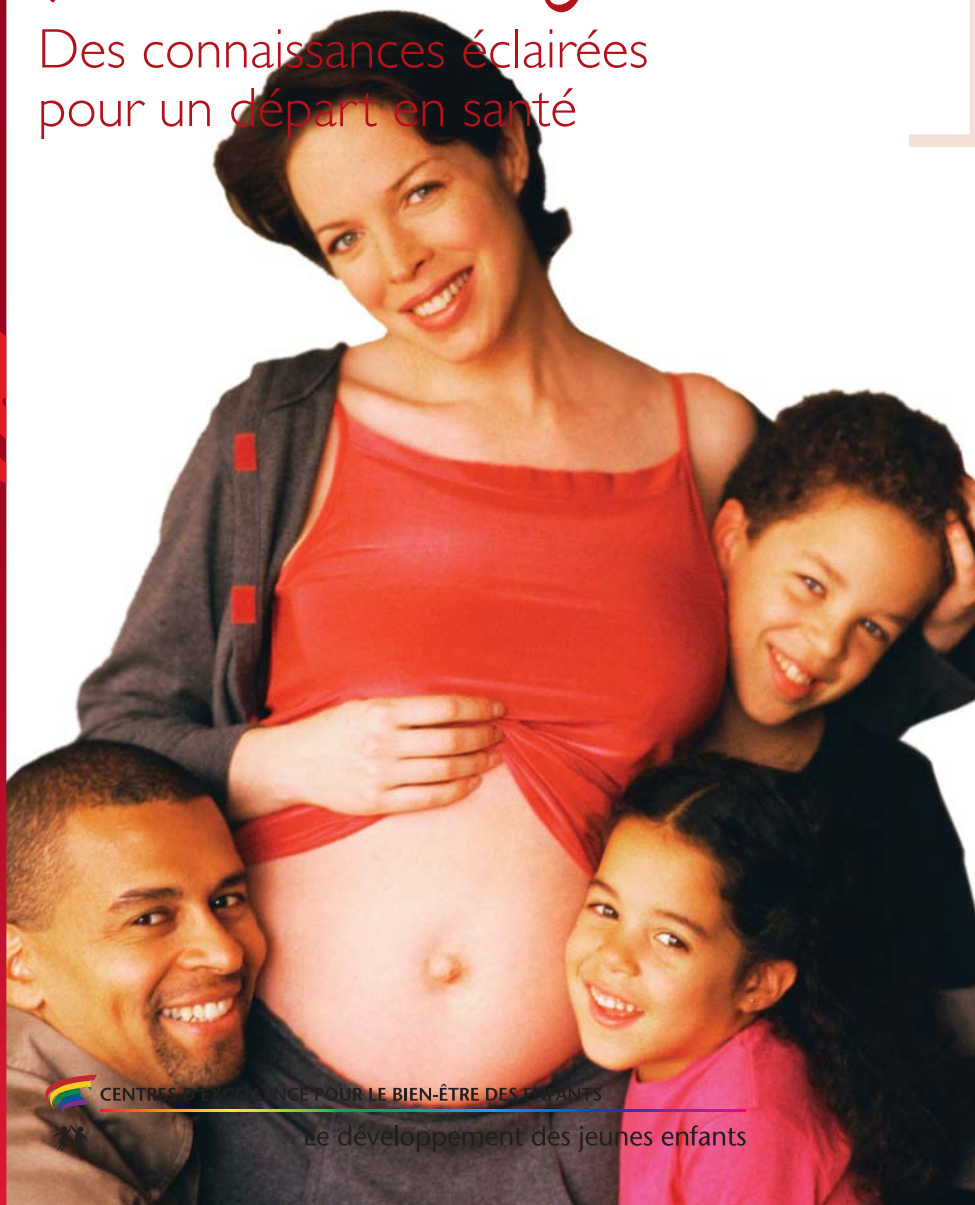


Coup d'œil sur



# L'usage du tabac pendant la grossesse

Des connaissances éclairées pour un départ en santé



CENTRE DE RECHERCHE POUR LE BIEN-ÊTRE DES ENFANTS

Le développement des jeunes enfants

PARENTS



**« Les enfants qui ont été exposés au tabac durant la grossesse ont plus de risques de devenir eux-mêmes fumeurs. »**

### Que savons-nous?

- La nicotine et le monoxyde de carbone contenus dans la fumée de cigarette diminuent la quantité d'oxygène disponible pour le fœtus, ce qui nuit à sa croissance et au bon développement de son cœur, de son cerveau et de plusieurs autres organes.
- Les nouveau-nés exposés au tabac pendant la grossesse sont généralement de plus petit poids, sont moins grands et ont une tête et un cerveau plus petits.
- La consommation de tabac pendant la grossesse augmente le risque de fausse couche, de grossesse ectopique et d'accouchement prématuré.
- Le syndrome de la mort subite du nourrisson, des problèmes respiratoires (par exemple l'asthme) de même que des infections (par exemple l'otite) sont plus fréquents chez les nouveau-nés exposés à la fumée secondaire.
- La consommation de tabac pendant la grossesse augmente le risque que d'autres problèmes de santé physique (par exemple l'obésité) apparaissent au cours de l'enfance et/ou de l'adolescence.
- Les problèmes de comportement, d'attention, d'impulsivité, d'hyperactivité, de criminalité et de toxicomanie sont plus fréquents chez les enfants/adolescents qui ont été exposés à la fumée du tabac durant la grossesse.
- Les enfants qui ont été exposés au tabac durant la grossesse ont plus de risques de devenir eux-mêmes fumeurs.
- Cesser de fumer avant la grossesse procure de grands bienfaits pour la mère et pour le bébé; toutefois, arrêter de fumer dès le début de la grossesse ou en cours de grossesse a aussi des effets positifs.
- En plus d'améliorer de beaucoup la santé des enfants et des autres membres de la famille, cesser de fumer améliore votre santé.

## Être attentif...

... à votre relation avec le tabac.

... aux comportements des gens qui vous entourent.

... aux ressources disponibles pour vous soutenir dans vos efforts.

## Que peut-on faire?

- Prenez conscience de votre comportement de fumeuse pendant la grossesse.
- Rappelez-vous de vos tentatives d'arrêter de fumer.
- Identifiez les facteurs qui déclenchent votre envie de fumer et ceux qui vous aident à arrêter.
- Abordez la consommation de cigarette avec votre conjoint et vos parents.
- Cherchez le soutien des membres de la famille, des amis et des collègues, particulièrement ceux qui sont non-fumeurs ou qui le sont devenus.
- Impliquez votre conjoint pour obtenir de l'encouragement et du support (cesser de fumer à deux peut être plus facile).
- Utilisez les ressources communautaires disponibles et l'assistance téléphonique pour obtenir du soutien au besoin.
- Lisez sur le sujet pour faciliter la démarche.
- Consultez votre médecin afin d'obtenir de l'information sur les autres moyens qui pourraient vous aider dans votre démarche.



# Informations

Le Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants identifie et synthétise les meilleurs travaux scientifiques portant sur le développement social et affectif des jeunes enfants. Il diffuse ces connaissances à des publics variés dans des formats et un langage adaptés à leurs besoins.

Pour une compréhension plus approfondie sur les effets de l'usage du tabac pendant la grossesse, consultez nos textes d'experts dans l'Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants, accessible gratuitement au : [www.enfant-encyclopedie.com](http://www.enfant-encyclopedie.com).

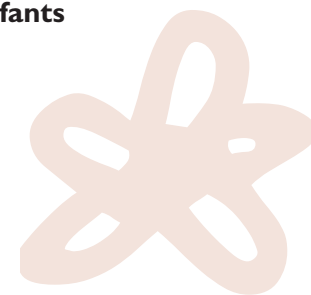
Ce feuillet est une publication du Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants, l'un des quatre Centres d'excellence pour le bien-être des enfants. Les Centres d'excellence sont financés par l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées dans cette publication sont celles des auteurs ou des chercheurs et ne reflètent pas nécessairement le point de vue officiel de l'Agence de la santé publique du Canada.

Remerciements particuliers à la Fondation Lucie et André Chagnon pour sa contribution financière pour la production de ce feuillet.

## Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants

GRIP-Université de Montréal  
C.P. 6128, succursale Centre-ville  
Montréal (Québec) H3C 3J7  
Téléphone : 514.343.6111, poste 2576  
Télécopieur : 514.343.6962  
Courriel : [cedje-ceecd@umontreal.ca](mailto:cedje-ceecd@umontreal.ca)  
Site Internet : [www.excellence-jeunesenfants.ca](http://www.excellence-jeunesenfants.ca)

Dans ce document, le genre masculin est utilisé dans le seul but de faciliter la lecture du texte.



**Coordonnatrice :**  
Kristell Le Martret

**Collaborateur :**  
Paul Gendreau

**Révisseuses :**  
Lucie Beaupré, Catherine Bourbeillon et  
Maryse Froment-Lebeau

**Graphisme :**  
DesJardins Conception Graphique inc.



CENTRES D'EXCELLENCE POUR LE BIEN-ÊTRE DES ENFANTS

Le développement des jeunes enfants

**Prévention**<sup>MD</sup>  
Fondation Lucie  
et André Chagnon



Encyclopédie  
sur le développement  
des **jeunes enfants**