



**IABLE**

Institute for the Advancement  
of Breastfeeding & Lactation Education



# Tobacco or E-Cigarette Use During Lactation

## *Consumo de tabaco o cigarrillos electrónicos durante la lactancia*

<p>Lactating parents who use tobacco (smoke/chew tobacco) or use e-cigarettes are still encouraged to breastfeed or provide their milk, but stopping tobacco or e-cigarettes with or without nicotine replacements is ideal for the health of both the parent and infant.</p>	<p>Se alienta a las madres lactantes que consumen tabaco (fuman/mastican tabaco) o usan cigarrillos electrónicos a amamantar o proporcionar su leche, pero dejar el tabaco o los cigarrillos electrónicos con o sin reemplazos de nicotina es ideal para la salud tanto de los padres como del bebé.</p>
<p><b>Effect on the Infant</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Infant exposure to 2nd hand smoke (in the air around a baby) and 3rd hand smoke (on a caregiver's clothing) increases the risk of sudden infant death syndrome (SIDS), as well as bronchitis and pneumonia.</li> <li>• Infants who sleep in the same bed with a cigarette smoker are at higher risk for SIDS.</li> <li>• To keep babies safe, do not smoke near the baby such as in the car or home. Change clothes and wash hands after smoking, before handling the baby.</li> </ul>	<p><b>Efecto en el bebé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La exposición de los bebés al humo de segunda mano (en el aire alrededor del bebé) y al humo de tercera mano (en la ropa del cuidador) aumenta el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS), así como de bronquitis y neumonía.</li> <li>• Los bebés que duermen en la misma cama con un fumador de cigarrillos tienen mayor riesgo de SIDS.</li> <li>• Para mantener seguros a los bebés, no fume cerca del bebé, como en el automóvil o en la casa. Cambia de ropa y lava tus manos después de fumar y antes de manipular al bebé.</li> </ul>
<p><b>Effect on the Lactating Parent</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cigarette smoking reduces the parent's milk production. Little is known about the effect of e-cigarettes on milk production.</li> <li>• Cigarette smoking decreases the fat and protein in the parent's milk, which can have a negative impact on the baby's growth and development. Little is known about the effect of e-cigarettes on the quality of breastmilk.</li> <li>• Among women who quit smoking before or during pregnancy, breastfeeding for at least 6 months has been associated with a lower likelihood of relapse.</li> </ul>	<p><b>Efecto sobre la madre lactante</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fumar cigarrillos reduce la producción de leche. Poco se sabe sobre el efecto de los cigarrillos electrónicos en la producción de leche.</li> <li>• Fumar cigarrillos reduce la grasa y la proteína en la leche materna, lo que puede tener un impacto negativo en el crecimiento y desarrollo del bebé. Poco se sabe sobre el efecto de los cigarrillos electrónicos en la calidad de la leche materna.</li> <li>• Entre las mujeres que dejaron de fumar antes o durante el embarazo, la lactancia materna durante al menos 6 meses se ha asociado con una menor probabilidad de recaída.</li> </ul>

<p><b>Nicotine Replacements and Other Medications to Stop Tobacco and E-Cigarette Use</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Breastfeeding parents are encouraged to quit tobacco or e-cigarettes. Using a nicotine replacement is a reasonable option.</li> <li>• The lowest dose of a nicotine supplement is preferred, to limit the amount of nicotine in the milk.</li> <li>• Bupropion is a medication for tobacco cessation and is generally safe during lactation.</li> </ul>	<p><b>Reemplazos de nicotina y otros medicamentos para dejar de usar tabaco y cigarrillos electrónicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se alienta a los madres que amamantan a dejar el tabaco o los cigarrillos electrónicos. Usar un reemplazo de nicotina es una opción razonable.</li> <li>• Se prefiere la dosis más baja de un suplemento de nicotina, para limitar la cantidad de nicotina en la leche.</li> <li>• El bupropión es un medicamento para dejar de fumar y generalmente es seguro durante la lactancia.</li> </ul>
<p><b>References:</b></p> <p>Macchi M, Bambini L, Franceshini S et al. The Effect of Tobacco Smoking During Pregnancy and Breastfeeding on Human Milk Composition- A Systematic Review. <i>European J of Clin Nutr</i> 2021 May; 75(5): 736-747</p> <p>Míguez MC, Pereira B. Effects of active and/or passive smoking during pregnancy and the postpartum period. <i>An Pediatr (Barc)</i>. 2021;95:222-32.</p> <p>Zhang K, Siziba LP, Suo NJ et al. Breastfeeding Duration is Positively Associated with Decreased Smoking Relapse in the Postpartum Period <i>Midwifery</i> 108 (2022)</p> <p>Tobacco in <a href="https://trashthepumpanddump.org/tobacco">https://trashthepumpanddump.org/tobacco</a> (accessed May 1, 2022)</p> <p>Nicotine Drugs and Lactation Database (LactMed) <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501586/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501586/</a> (Accessed 5/1/22)</p>	<p><b>Referencias:</b></p> <p>Macchi M, Bambini L, Franceshini S et al. The Effect of Tobacco Smoking During Pregnancy and Breastfeeding on Human Milk Composition - <i>El efecto del tabaquismo durante el embarazo y la lactancia en la composición de la leche humana: una revisión sistemática</i>. <i>European J de Clin Nutr</i> 2021 mayo; 75(5): 736-747</p> <p>Míguez MC, Pereira B. Effects of active and/or passive smoking during pregnancy and the postpartum period - <i>Efectos del tabaquismo activo y/o pasivo durante el embarazo y el puerperio</i>. <i>An Pediatr (Barc)</i>. 2021;95:222-32.</p> <p>Zhang K, Siziba LP, Suo NJ et al. Breastfeeding Duration is Positively Associated with Decreased Smoking Relapse in the Postpartum Period - <i>La duración de la lactancia materna se asocia positivamente con la disminución de las recaídas en el tabaquismo en el período posparto</i> <i>Midwifery</i> 108 (2022)</p> <p>Tabaco en <a href="https://trashthepumpanddump.org/tobacco">https://trashthepumpanddump.org/tobacco</a> (consultado el 1 de mayo de 2022)</p> <p>Base de datos de lactancia y medicamentos con nicotina (LactMed) <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501586/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501586/</a> (consultado el 1 de mayo 2022)</p>