



# Enceinte ?

## Alcool et drogues, ce qu'il faut savoir

### VRAI ou FAUX

#### ■ Seuls les enfants de mères alcooliques peuvent être atteints de troubles causés par l'alcoolisation fœtale

**Faux :** Les femmes qui consomment de l'alcool durant leur grossesse (*qu'elles aient des problèmes de consommation ou non*) sont à risque de donner naissance à un enfant qui présente des difficultés à la suite de l'exposition à l'alcool. On ne sait pas s'il existe une quantité d'alcool sans risque. C'est pourquoi, **il est recommandé de s'abstenir de boire durant une grossesse.**

#### ■ L'exposition du fœtus à l'alcool est l'une des principales causes évitables de retard de développement et d'anomalies congénitales chez le nouveau-né

**Vrai :** Les troubles causés par l'exposition prénatale à l'alcool sont *évitables* (contrairement aux deux autres plus grandes causes de malformations congénitales, soit le spina-bifida et le syndrome de Down, aussi appelé trisomie 21)<sup>1</sup>.

#### ■ La consommation d'héroïne durant la grossesse peut entraîner des symptômes de sevrage chez le nouveau-né

**Vrai :** À la naissance, les enfants de mères qui ont consommé de *l'héroïne* durant la grossesse peuvent présenter des *symptômes de sevrage* tels des tremblements, de l'hyper-irritabilité et des pleurs inconsolables. La consommation de cocaïne par la future mère peut également entraîner des symptômes de sevrage chez le nouveau-né.

#### ■ Il y a moins de risque lorsque qu'une mère boit de l'alcool vers la fin de sa grossesse puisque l'enfant est davantage « formé »

**Faux :** L'alcool *peut affecter le développement de l'enfant, et ce, tout au long de la grossesse.* Du premier au dernier trimestre, le cerveau de l'enfant se développe et il est particulièrement vulnérable à la consommation d'alcool pendant la grossesse.

#### ■ La consommation d'alcool durant l'allaitement peut augmenter les risques qu'un enfant soit atteint de troubles causés par l'alcoolisation fœtale

**Faux :** Les effets sur le fœtus qui sont associés à la consommation d'alcool par la mère (tel le syndrome d'alcoolisation fœtale) ne peuvent être causés que par la consommation d'alcool durant la grossesse. Toutefois, l'alcool consommé par la mère passe dans le lait maternel, ce qui peut diminuer le réflexe d'éjection, altérer le goût du lait et affecter la qualité du sommeil du bébé.

1. D. DAVIS (1994). *Reaching Out to Children with FAS/FAE: A Handbook for Teachers, Counselors, and Parents who Work with Children Affected by Fetal Alcohol Syndrome and Fetal Alcohol Effects*, West Nyack, New York, [En ligne] : [http://www.education.gov.ab.ca/French/adt\\_scol/prevenir/guide.pdf](http://www.education.gov.ab.ca/French/adt_scol/prevenir/guide.pdf) (page consultée le 22 avril 2007).

Aussi, la consommation régulière ainsi que la consommation occasionnelle d'alcool en grande quantité doivent être évitées. Seule une consommation modérée (une ou deux consommations) et occasionnelle est possible. Pour éviter que le bébé ne soit exposé à l'alcool, la mère peut :

- allaiter son bébé ou tirer son lait **avant de consommer de l'alcool** ;
- attendre deux heures **après avoir bu une consommation d'alcool** avant d'allaiter.

Pour de l'information plus précise sur le délai recommandé entre la consommation d'alcool et l'allaitement selon le poids de la mère, consulter : [http://www.meilleurdepart.org/resources/alcool/pdf/desk\\_reference\\_fre.pdf](http://www.meilleurdepart.org/resources/alcool/pdf/desk_reference_fre.pdf)

## ■ Il est souhaitable de cesser de consommer de l'alcool lorsqu'une grossesse est planifiée

**Vrai :** Puisque les femmes qui deviennent enceintes peuvent ne l'apprendre que quelques semaines, voire des mois, après la conception, il est souhaitable **de cesser sa consommation d'alcool** lorsqu'une grossesse est planifiée. Il est particulièrement important qu'une femme qui prévoit devenir enceinte évite les «cuites» (consommation excessive d'alcool lors d'une même occasion).

## ■ Une femme qui consomme de la drogue risque d'avoir un enfant plus petit, par conséquent d'avoir un accouchement plus facile

**Faux :** Un **bébé plus petit** est souvent **moins fort**. Comme il peut éprouver de la difficulté à contribuer à l'accouchement, cela rendra **plus difficile le travail de la mère**. Un retard de croissance intra-utérin peut avoir des conséquences importantes pour les enfants à naître, tels un taux d'hospitalisation plus élevé, une exposition plus grande aux maladies périnatales, un plus grand nombre de décès, un taux plus élevé de problèmes de santé à long terme et des troubles d'apprentissage<sup>2</sup>.

## ■ Un enfant qui présente des séquelles résultant de la consommation d'alcool par la mère durant la grossesse aura nécessairement des caractéristiques anormales au visage

**Faux :** Un enfant atteint de troubles causés par l'alcoolisation foetale n'aura pas nécessairement des traits du visage anormaux. Il pourra présenter des problèmes qui ne sont pas visibles physiquement, comme des troubles de comportement et des difficultés d'apprentissage.

## ■ Les effets de l'exposition prénatale à l'alcool durent toute la vie

**Vrai :** Un enfant atteint de troubles causés par l'alcoolisation foetale le sera pour **toute la vie**. Néanmoins, un diagnostic précoce de même qu'un encadrement et des services adaptés aux besoins de l'enfant peuvent permettre d'améliorer sa qualité de vie.

2. INSTITUT CANADIEN DE LA SANTÉ INFANTILE (2003).

*La santé des enfants du Canada : un profil de l'ICSI, 3<sup>e</sup> ed., [En ligne] :*

<http://www.cich.ca/PDFFiles/ProfileFactSheets/French/LBWFre.pdf>

(page consultée le 13 août 2007)