



## DOSSIER DE PRESSE

9 septembre 2016 : Journée de sensibilisation internationale sur les **Troubles causés par l'alcoolisation fœtale (TCAF)**

La consommation d'alcool des femmes enceintes est un sujet sensible. En cas de consommations occasionnelles ou chroniques durant la grossesse, l'enfant peut subir des agressions susceptibles de provoquer un handicap durable. Ces dommages, appelés **Troubles causés par l'alcoolisation fœtale (TCAF)**, ont pour plus grave manifestation le **Syndrome d'alcoolisation fœtale (SAF)**.

Ces effets peuvent être évités. À l'occasion de la journée internationale du 9 septembre, l'Agence régionale de santé (ARS) de Normandie souhaite rappeler les mesures simples de prévention et la disponibilité, pour les femmes enceintes et leurs proches, d'un dispositif d'écoute et d'aide.

### Pourquoi se mobiliser en Normandie ?

Avec d'autres régions historiquement marquées par de fortes consommations d'alcool, la Normandie est particulièrement concernée.

Les conséquences sont graves (l'alcoolisation fœtale est la première cause non génétique de handicap mental chez l'enfant) et touchent par définition des publics fragiles : la femme enceinte, l'enfant à naître.

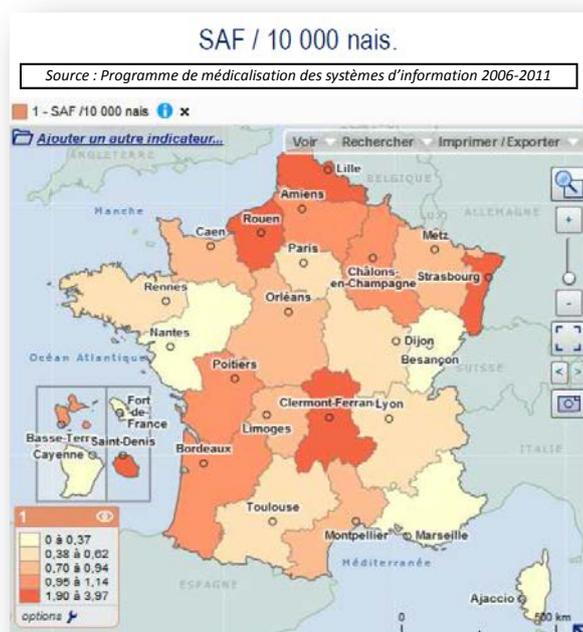
**Pourtant, ils sont 100% évitables**, d'où la nécessité d'une mobilisation forte pour poursuivre les actions de prévention et développer les possibilités d'accompagnement des personnes concernées.

### Qu'est-ce que le Syndrome d'alcoolisation fœtale (SAF) ?

**Le Syndrome d'alcoolisation fœtale (SAF) est la forme la plus grave de ces troubles.**

D'après l'expertise collective de l'Inserm intitulée « Alcool, effets sur la santé » (2001), 700 à 3 000 enfants seraient touchés par un SAF grave en France.

- Téléchargez la [présentation globale en a été réalisée par l'Académie de Médecine dans son rapport du 22 mars 2016.](#)





## Quel sont les messages à faire passer ?

### L'alcool passe-t-il dans le sang du bébé ?

**Une consommation d'alcool pendant la grossesse, même ponctuelle ou modérée, n'est pas anodine et peut entraîner des risques importants pour l'enfant à naître.** L'alcool passe du sang maternel vers le sang du fœtus, au travers du placenta. Lorsqu'une femme enceinte boit un verre, il y a donc rapidement autant d'alcool dans le sang de son bébé que dans le sien.

### Quelles peuvent être les conséquences ?

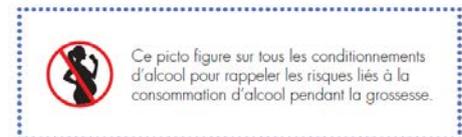


#### Les effets de l'alcool sur l'embryon et le fœtus sont nombreux

- complications durant la grossesse (retard de croissance du fœtus, accouchement prématuré),
- atteintes au système nerveux et au cerveau
- troubles psychiques ou du comportement chez l'enfant exposé : troubles d'apprentissages, de la mémorisation, de l'abstraction, de l'attention...

**En France, on estime que les « troubles causés par l'alcoolisation fœtale » touchent 1 % des naissances, c'est-à-dire 7 000 nouveaux enfants chaque année. Cela signifie qu'environ 500 000 français souffrent, à des degrés divers, de séquelles de l'alcoolisation fœtale.**

### Objectif : zéro alcool pendant la grossesse



Le risque d'atteinte du fœtus est en général lié à la dose et à la durée de l'alcoolisation. **Mais il est impossible de fixer un seuil en dessous duquel la prise d'alcool n'a pas de conséquence sur la santé du fœtus.** Pour cela, il est recommandé de s'abstenir de toute consommation d'alcool dès le désir de grossesse, pendant toute sa durée et jusqu'à la fin de l'allaitement. Cette recommandation vaut pour toutes les occasions de consommation, qu'elles soient quotidiennes ou ponctuelles, même festives.



### Et si je n'y arrive pas ?

Il est normal de rencontrer des difficultés à stopper ses consommations alors que la force de l'habitude, les sollicitations de l'entourage ou le simple plaisir de boire multiplient les tentations et les occasions de consommer. Dans tous les cas, rappelez-vous que :

- **tous les efforts comptent** : réduire votre consommation et éviter à tout prix les abus représente déjà un progrès important et diminue les risques pour la santé de votre bébé ;
- **il n'est jamais trop tard pour arrêter** ;
- **vous ne devez pas rester seule face à vos difficultés.**



## Des questions ? Besoin de conseils ?

**Ne restez pas seule avec vos questions**, n'hésitez pas à en parler au personnel de santé qui vous accompagne pendant votre grossesse ou à un professionnel de l'addictologie, ils vous aideront à faire le point.

Il existe également des accompagnements spécialisés et individualisés pour vous apporter de l'aide : ce sont notamment les CSAPA (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) qui offrent une prise en charge gratuite et, si vous le souhaitez, anonyme.

<b>Des personnes à votre écoute</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• médecins généralistes,</li> <li>• gynécologues-obstétriciens,</li> <li>• sages-femmes,</li> <li>• pédiatres,</li> <li>• infirmiers, travailleurs sociaux,</li> <li>• psychologues,</li> <li>• centres de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA)...</li> <li>• professionnel de la PMI (Protection maternelle et infantile)</li> </ul>
<b>Les acteurs spécialisés en addictologie</b>	Annuaire du réseau régional d'addictologie « <b>Addict' O Normand</b> » <a href="http://www.addictonormand.fr/">http://www.addictonormand.fr/</a>
	Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) en Normandie <a href="#">Liste des CSAPA en Normandie</a>
<b>Les réseaux de santé « périnatalité »</b>	<a href="http://www.perinatbn.org">www.perinatbn.org</a> <a href="http://www.reseaux-perinat-hn.com">www.reseaux-perinat-hn.com</a>
<b>Les ressources nationales</b>	<b>Écoute alcool</b> 0 811 91 30 30
	<b>Alcool Info Service</b>  ALCOOL INFO SERVICE.FR 7J/7. DE 8 H À 2 H. APPEL ANONYME ET NON SURTAXÉ. <a href="http://alcoholinfoservice.fr/-Je-suis-enceinte-.html">http://alcoholinfoservice.fr/-Je-suis-enceinte-.html</a>
	<b>Association SAF France</b> <a href="http://www.safrance.fr">http://www.safrance.fr</a>
<b>Pour les professionnels</b>	<b>Ministère de la Santé / MILDT</b> Alcool et grossesse, parlons-en : Guide à l'usage des professionnels, 2010 <a href="http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Alcool_et_grossesse_parlons-en2.pdf">http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Alcool_et_grossesse_parlons-en2.pdf</a>
	<b>Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie (ANPAA)</b> ANPAA : Alcool et grossesse : comment en parler ? <a href="http://www.alcoholinfo.com/cdpaV2/backoffice/file.aspx?dt_id=310">http://www.alcoholinfo.com/cdpaV2/backoffice/file.aspx?dt_id=310</a>
	<b>Fédération Addictions</b> Guide « Femmes et addictions » <a href="http://www.federationaddiction.fr/parution-du-guide-femmes-et-addictions-de-la-federation/">http://www.federationaddiction.fr/parution-du-guide-femmes-et-addictions-de-la-federation/</a>



## Dans tous les cas...

La femme enceinte doit être aidée et non culpabilisée ou stigmatisée. Elle n'est pas la seule responsable de l'application de ces recommandations.

**Le message s'adresse aussi à l'entourage** familial, social, professionnel

- Ne proposez pas d'alcool à une femme enceinte ou qui allaite ;
- Créez les conditions qui lui permettront de participer aux moments de convivialité sans devoir consommer de l'alcool : la grossesse ne doit pas exclure la femme enceinte de la vie sociale.



**C'est aussi le bon moment pour le futur papa** (et l'entourage familial) de se questionner sur ses propres consommations d'alcool et l'occasion, en cas de difficultés, de bénéficier de l'aide offerte par un accompagnement spécialisé.

## Et après

Si vous allaitez, il est recommandé de ne pas boire d'alcool, car l'alcool passe dans le lait maternel. Si ce n'est pas possible, évitez de boire juste avant la tétée. Attendez entre 2 et 3 heures avant de redonner le sein si vous avez bu un verre d'alcool. N'hésitez pas à demander des conseils à votre pédiatre, médecin, pharmacien ou sage-femme.

---

### Contact presse ARS Normandie

Hélène Landeau, T. 02 31 70 97 62

Sandrine Gautier T. 02 32 18 31 61 Port. 06 47 07 32 17

[ars-normandie-communication@ars.sante.fr](mailto:ars-normandie-communication@ars.sante.fr)