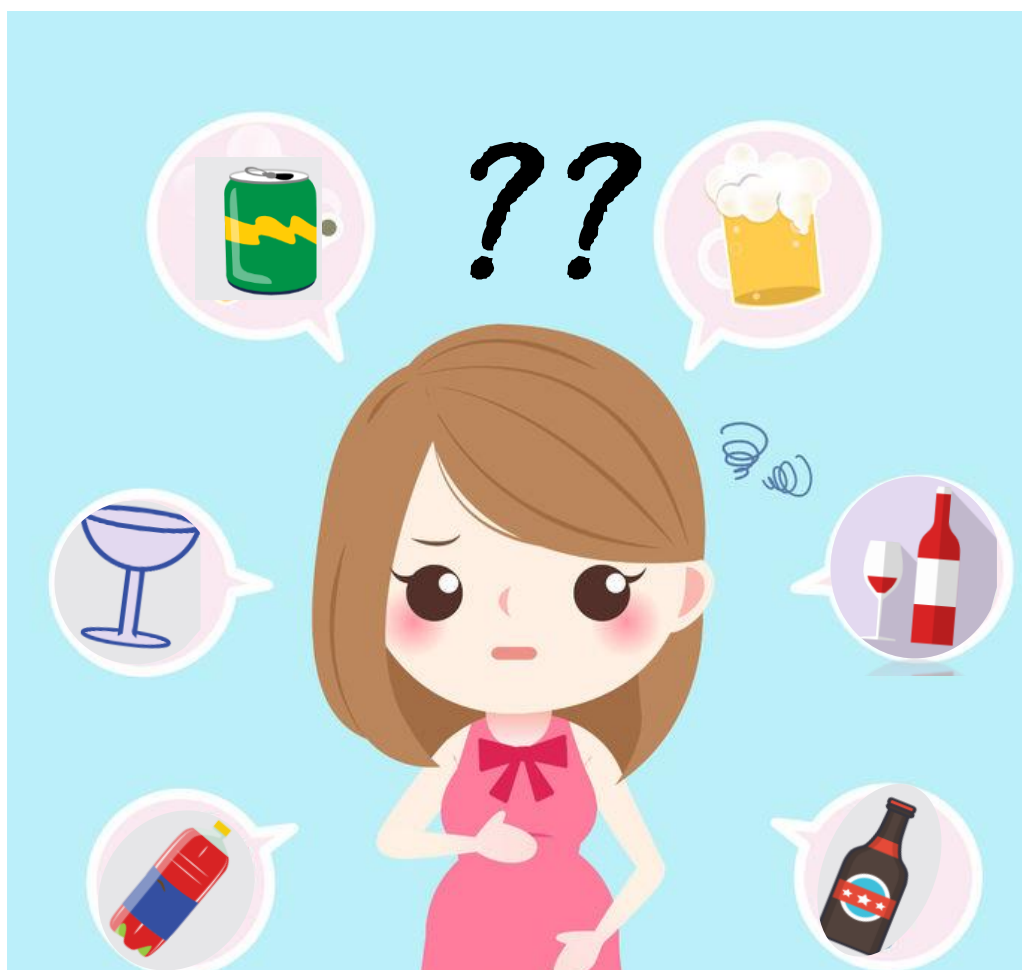


2017



# Alcool et grossesse

Boire un peu ou pas du tout ?



## Sommaire

Les troubles causés par l'alcoolisation fœtale .....	4
Est-ce un problème français ?.....	5
Pourquoi l'alcool est-il en cause ? .....	5
Un risque aléatoire, mais réel.....	6
Ne pas boire du tout ?.....	6
Des femmes face à un univers alcoolisé .....	7
9 mois et une vie entière .....	8
Une information systématique par le logo.....	8
Conclusion : une prévention qui ne peut être ambiguë .....	9

La récente campagne d'information de Santé Publique France sur la prévention du syndrome d'alcoolisation fœtale (SAF) a généralement suscité l'approbation, mais quelques rares voix discordantes se sont néanmoins exprimées pour critiquer la tonalité injonctive du message "Zéro alcool pendant la grossesse", voire pour en discuter la pertinence ou encore souligner la difficulté de maintenir une abstinence pendant les 9 mois de grossesse. Même si les Français sont de plus en plus conscients des risques, la persistance d'idées reçues, la perception erronée de ces risques et la contrainte réelle, conséquence de ce message de prévention, imposent des réponses qui ne soient ni simplistes ni culpabilisantes pour les femmes.

## Les troubles causés par l'alcoolisation fœtale

Si le Syndrome d'Alcoolisation Fœtale (SAF) est de mieux en mieux connu dans la population générale, il ne représente que la forme la plus grave de l'ensemble des Troubles Causés par l'Alcoolisation Fœtale (TCAF) qui ont tous en commun une atteinte plus ou moins sévère du système nerveux central. C'est pourquoi on parle de plus en plus des Troubles du Spectre de l'Alcoolisation Fœtale (TSAF), ce qui traduit plus rigoureusement la diversité des conséquences possibles de la consommation d'alcool pendant la grossesse.

Le SAF est la forme la plus grave des TSAF et se caractérise par un retard de croissance avant et après la naissance, des malformations physiques, notamment du crâne, du visage et de l'encéphale, accompagnés d'une déficience intellectuelle importante. Mais en dehors de cette forme grave, tout un continuum de troubles peut survenir tels que des troubles du caractère et du comportement ou des difficultés d'attention et de mémorisation qui seront autant d'obstacles à surmonter pour les apprentissages, la réussite scolaire, l'insertion sociale et professionnelle.

On estime que l'ensemble des troubles causés par l'alcoolisation fœtale concerne 8 000 naissances par an, soit 1 sur 100 (1°/00 pour les formes graves de SAF complet)<sup>1</sup>. C'est de loin la première cause de handicap mental d'origine non génétique, une cause pourtant évitable, avec un coût humain pour les personnes elles-mêmes et leur entourage, et un coût social.

---

<sup>1</sup> <http://www.academie-medecine.fr/wp-content/uploads/2016/03/Rapport-alcoolisation-foetale-d%C3%A9finitif-14-3-16.pdf>

## Est-ce un problème français ?

Le problème n'est pas spécifiquement français. Différentes sources de données ou études<sup>2</sup> montrent que les TSAF sont une préoccupation de santé publique dans de nombreux pays :

Au **Canada**, la prévalence des TSAF est estimée à 1 %. D'après les données de **Santé Canada**, la prévalence des troubles est beaucoup plus élevée dans les communautés amérindiennes ou inuits, du fait de la plus forte consommation d'alcool dans ces populations<sup>3</sup>.

En **Amérique du Nord**, le SAF touche entre 0,2 % et 0,7 % de la population, et le TSAF entre 2 % et 5 %.

En **Italie**, on estime la part d'enfants touchés par le TSAF de 2 % à 4 %.

En **Croatie**, une étude menée sur plus de 1 000 enfants de plusieurs écoles a trouvé un taux TSAF supérieur à 6,5 % pour l'échantillon.

La prise de conscience de l'importance des TSAF a conduit les autorités sanitaires, en France comme ailleurs, à déconseiller la consommation d'alcool pendant la grossesse.

## Pourquoi l'alcool est-il en cause ?

Pendant la grossesse, l'alcool passe directement du sang de la mère au fœtus à travers le placenta. En pratique, le fœtus "boit" aussi l'alcool que sa mère consomme. L'alcoolémie du fœtus est la même que celle de sa mère et identique à la concentration d'alcool dans le liquide amniotique. Et cette "consommation" est dangereuse car elle survient en période de formation progressive du corps, des organes et des cellules du futur bébé, et influe sur les processus de développement in utero. Comme l'alcool et ses produits de dégradation est particulièrement toxique pour le système nerveux, il peut provoquer des anomalies qui seront différentes selon le stade de la grossesse : atteintes graves du cerveau pendant sa différenciation au premier trimestre, atteintes au niveau des cellules nerveuses (les neurones) jusqu'à la fin de la grossesse. Ces atteintes, plus circonscrites, seront la source des atteintes cognitives, sans malformations physiques évidentes, mais se révéleront progressivement par des

---

<sup>2</sup> <http://www.academie-medecine.fr/wp-content/uploads/2016/03/Rapport-alcoolisation-foetale-d%C3%A9finitif-14-3-16.pdf> ; <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19731384> ;

<sup>3</sup> <http://www.cps.ca/fr/documents/position/syndrome-alcoolisation-foetale>

difficultés de relation ou d'apprentissage scolaire ou professionnel, et seront facteur de handicap et inadaptation sociales.

## Un risque aléatoire, mais réel

La difficulté de la communication sur le risque lié à la consommation d'alcool pendant la grossesse est fortement liée au caractère aléatoire de la survenue des troubles. En effet, pour le résumer schématiquement :

Toutes les femmes qui consomment de l'alcool pendant leur grossesse ne donneront pas naissance à des bébés souffrant de TSAF,

Mais tous les TSAF sont causés par une consommation d'alcool pendant la grossesse.

De plus, certains troubles légers ne sont pas dépistés.

Les études scientifiques ne permettent pas de relier la quantité consommée avec la fréquence de survenue de troubles, ni même avec leur gravité. La survenue des troubles est ainsi tellement aléatoire que la littérature scientifique a recensé de nombreux cas de faux jumeaux (capital génétique différent) dont l'un était atteint, parfois sévèrement, et l'autre totalement indemne. Ces cas où le destin frappe différemment des fœtus exposés à la même consommation maternelle incitent à un comportement de précaution.

L'appréciation de ce risque aléatoire peut conduire à des jugements discutables – "C'est rassurant que ce soit rare"<sup>4</sup> –, mais pour ceux qui souffrent et qui savent que cela aurait pu être évité, l'appréciation est totalement différente.

## Ne pas boire du tout ?

Quelle que soit la forme de communication adoptée par les autorités sanitaires de différents pays, le conseil de prévention est le même et découle du caractère imprévisible de survenue des troubles : *il est déconseillé de consommer de l'alcool pendant la grossesse*. Les troubles peuvent survenir même pour de faibles quantités, même si de fortes consommations augmentent mécaniquement la consommation du fœtus et, probablement, les risques. Cette incertitude persistante sur le lien entre quantité consommée et survenue des troubles, et la certitude que la consommation

---

<sup>4</sup> <http://tempsreel.nouvelobs.com/rue89/nos-vies-intimes/20170907.OBS4371/zero-alcool-pendant-la-grossesse-arretez-de-prendre-pour-des-imbeciles.html>

d'alcool provoque les troubles, ont conduit dès lors depuis plusieurs années à cette recommandation d'abstinence.

Au Royaume Uni, le National Health Service formule par exemple une recommandation similaire sur son site : "*Les experts ne savent toujours pas quelle est la quantité d'alcool que l'on peut consommer sans prendre de risque quand on est enceinte – et si la réponse est zéro. L'approche la plus prudente est donc de ne pas boire quand on attend un enfant.*"

Enfin, laisser entendre que les femmes enceintes pourraient sans danger « *boire un petit verre de temps en temps* » serait perdre l'avantage du caractère repérable par toutes du conseil d'abstinence; lui substituer une limite de sécurité floue favoriserait tous les risques de dérapage en termes de volume réel des "verres" consommés, y compris sous forme de cuites, qui, même occasionnelles, provoquent un risque très élevé.

## Des femmes face à un univers alcoolisé

La culture de l'alcool dans notre pays, pour ne pas dire la culture de l'alcoolisation, est telle qu'une femme enceinte sera confrontée à de multiples circonstances festives ou conviviales, où son entourage consommera des boissons alcoolisées et mettra à l'épreuve sa détermination. Autant il est nécessaire de ne pas culpabiliser ou angoisser les femmes qui ont consommé de l'alcool, autant il est indispensable d'informer sur ce risque évitable et de responsabiliser également l'entourage. Le conjoint, les proches et les amis ne doivent certes pas inciter la femme enceinte à boire, mais ils peuvent aussi témoigner de leur compréhension et de leur soutien en évitant une consommation démonstrative.

De même, si la culpabilisation n'est pas de mise, la minoration du risque<sup>5</sup>, sous prétexte de sa "faible" fréquence, affaiblit la capacité des femmes à résister aux incitations quasi permanentes à consommer de l'alcool.

Dans cet univers où consommer de l'alcool est souvent la norme, on a pu lire ou entendre des critiques sur le caractère injonctif, ou impérieux de l'abstinence totale pendant la grossesse. Mais l'injonction est tout aussi forte sur le tabac ou sur les interdits alimentaires pour éviter la toxoplasmose sans que qui que ce soit s'en émeuve.

---

<sup>5</sup> idem.

## 9 mois et une vie entière

Les spécialistes en santé publique considèrent unanimement qu'un risque de 1 %, s'il est comparé aux autres risques pendant la grossesse, ne peut être tenu pour négligeable, mais doit être considéré comme élevé. Ce raisonnement objectif et rationnel de comparaisons statistiques n'est cependant pas forcément convaincant pour la femme confrontée à la réalité de la grossesse et de sa vie sociale. Car nous ne sommes pas uniquement des êtres rationnels et la recherche de plaisir immédiat occulte souvent le risque qui l'accompagne. Plutôt qu'une analyse froide et comparée des bénéfices et des risques, la future mère devra faire la balance entre des efforts, voire des privations pendant neuf mois, et la possibilité d'une vie entière où le poids des peines serait d'emblée accru par rapport celui des joies.

## Une information systématique par le logo

L'enjeu de santé publique est tel que l'information des femmes doit être systématique, compréhensible et accessible lors de chaque occasion de consommer. Le seul moyen qui répond le mieux à toutes ces conditions est l'information sur toutes les bouteilles, cannettes ou autres contenants de boissons alcooliques. C'est pourquoi le pictogramme "femmes enceintes" doit être parfaitement visible et de taille suffisante. C'est d'ailleurs une recommandation que vient de rappeler l'Organisation mondiale de la Santé dans un rapport publié en juillet 2017<sup>6</sup>.

L'information est évidemment plus efficace avec un avertissement comme celui-ci...



...qu'avec celui-là qui est la taille réelle :



ou encore celui-là moins visible car sans couleur contrastante :



<sup>6</sup> <http://www.euro.who.int/en/countries/estonia/publications/alcohol-labelling-a-discussion-document-on-policy-options-2017>



Cette évolution vers un avertissement efficace se heurte comme d'habitude au lobby alcoolier qui avance deux arguments aussi biaisés l'un que l'autre :

Il ne faut pas faire une communication "*anxiogène*" qui pénalise les produits français à l'export. Cet argument est d'un cynisme aussi classique que consternant : la prévention efficace d'un handicap peut difficilement être mise en balance avec une anxiété, mais surtout, le logo ne s'impose qu'à la vente en France et non à l'export. De plus, un certain nombre de pays l'ont déjà adopté !

*"Il y a d'autres moyens de prévention, en particulier l'information par les personnels de santé"*. On peut simplement rappeler que les personnels de santé, quelle que soit leur compétence et leur engagement sur le sujet, ne seront pas présents à chaque occasion de boire de l'alcool, contrairement au pictogramme.

## **Conclusion : une prévention qui ne peut être ambiguë**

Face à un risque totalement évitable, dont les conséquences se feront sentir pendant une vie entière, souvent douloureusement pour les personnes atteintes de TSAF comme pour leur entourage, le conseil de prévention ne peut être ambigu. On peut discuter de la forme de la communication, de son style sous forme de conseil ou d'injonction. Mais malgré les difficultés compréhensibles pour les femmes, il s'agit d'une des rares situations où le message doit être d'une simplicité binaire : *pendant la grossesse, pas d'alcool, c'est plus sûr*.



**Décryptages N° 1 -** Le débat actuel de la loi Evin



**Décryptages N° 2 -** La loi Evin sur les boissons alcooliques : de quoi parle-t-on ?



**Décryptages N° 3 -** Publicité sur les boissons alcooliques : Les véritables objectifs du lobby de l'alcool



**Décryptages N° 4 -** La cible du lobby de l'alcool : les jeunes - Les raisons de la mise en cause de la loi Evin



**Décryptages N° 5 -** Les méthodes du lobby de l'alcool : Ou comment inciter les jeunes à boire



**Décryptages N° 6 -** Alcool et santé : Une préoccupation internationale



**Décryptages N° 7 -** La façade scientifique des alcooliers : L'IREB



**Décryptages N° 8 -** Décryptage de la com' des alcooliers : *Avec Modération!*



**Décryptages N° 9 -** Retour sur un fiasco médiatique : La campagne publicitaire de Vin & Société



**Décryptages N°10 -** Dépistage du cannabis au lycée : Les questions posées



**Décryptages N°11 -** Vin & Société : L'offensive contre la santé



**Décryptages N°12 -** "Education au goût «et Educ'Alcool : Les miroirs aux alouettes du lobby de l'alcool



**Décryptages N°13 -** Alcool : Désinformation et fausses allégations



**Décryptages N°14 -** "Recettes Pompettes" : Pochade ou incitation à l'ivresse ?



**Décryptages N°14bis** Le bidonnage dangereux : « Recettes Pompettes » (Suite)



Déryptages N°15 - Alcool et Sport : les liaisons dangereuses



Déryptages N°16 - La bière championne de l'Euro : Sport, sponsoring et publicité



Déryptages N°17 - Terrorisme et tabagisme dans les lycées : Les éléments du débat



Déryptages N°18 - Alcool : Députés et sénateurs en mission



Déryptages N°19 - La "nouvelle" façade scientifique des alcooliers : la FRA : la Fondation pour la Recherche en Alcoologie



Déryptages N°20 - Cannabis : L'inévitable débat



Déryptages N°21 - Alcools et information des consommateurs : une exigence légitime



Déryptages Collector Addictions : soyons sérieux : *Les Déryptages de l'ANPAA*



Déryptages N°22 - Le vapotage : De l'enthousiasme à la prudence



Déryptages N°23 - Risque Alcool : Quelle politique mener ?



Déryptages N°24 - La bière : Nouveaux visages, nouveaux risques



Déryptages N°25 - La chicha : Culture, petit commerce et addiction

**Ensemble, prévenons les risques addictifs**

**[www.anpaa.asso.fr](http://www.anpaa.asso.fr)**

**Rejoignez-nous sur**

