

Grossesse et alcool : tolérance zéro

Consommer de l'alcool pendant la grossesse peut avoir de graves conséquences pour l'enfant à naître, en particulier en terme de handicap mental. La Mutuelle nationale des hospitaliers et des professionnels de la santé et du social (MNH) s'engage pour améliorer la prévention.

Rappelons que l'alcool est un puissant toxique qui agit sur le développement du fœtus en traversant la barrière placentaire. Lorsqu'une femme enceinte boit un verre d'alcool, il y a donc rapidement autant d'alcool dans le sang de son bébé que dans le sien (1). Tout au long de la grossesse, l'alcool agit directement sur le cerveau du fœtus en développement. Dès lors, une consommation quotidienne d'alcool, même très faible, ou des ivresses épisodiques sont susceptibles d'entraîner des effets délétères tant pour le fœtus que pour l'enfant à naître.



Malformations et troubles mentaux

Les dommages du système nerveux central fondent toute la gravité de l'exposition prénatale à l'alcool, hypothéquant gravement et définitivement le devenir des enfants à naître. Chez ceux qui en ont été victimes, les désordres développementaux, comportementaux et cognitifs en témoignent : retard du développement, déficits intellectuels, troubles de l'apprentissage, hyperactivité, troubles de l'attention et/ou de la mémoire, incapacité à contrôler sa colère, difficultés à résoudre des problèmes. Le syndrome d'alcoolisation fœtale (SAF) est l'atteinte la plus grave de l'exposition prénatale à l'alcool. Il se manifeste par un retard de croissance intra-utérin, une dysmorphie (fentes palpébrales étroites, sillon naso-labial lisse et aplati, lèvre supérieure mince), des atteintes du système nerveux central et des malformations d'organes. Selon une expertise collective de l'Inserm (2), le SAF concernerait de 700 à 3 000 enfants sur les 750 000 naissances annuelles, avec une incidence plus élevée à la Réunion, dans le Nord-Pas-de-Calais et en Bretagne. Soulignons que le SAF est la première cause non génétique de handicap mental chez l'enfant.

La prévention par l'abstention

En vertu du principe de précaution, il est donc recommandé aux femmes enceintes de s'abstenir de toute consommation d'alcool (quotidienne, ponctuelle ou festive) dès le début de leur grossesse

et pendant toute sa durée. Une enquête menée en 2004 (3) a mis en évidence que si les recommandations à suivre pendant la grossesse étaient assez bien connues du grand public, elles étaient sujettes à interprétation, avec des seuils de consommation à risque encore imprécis. La même enquête montrait également que seuls 19 % des Français connaissaient les précautions à prendre pour les femmes enceintes et ce, grâce à leur médecin. Une constatation qui souligne l'intérêt d'une information élargie et soutenue notamment par les professionnels de santé au contact de femmes enceintes ou désireuses d'avoir un enfant. À l'automne 2006, l'Institut national de prévention et d'éducation à la santé (Inpes) a lancé une campagne grand public intitulée « Zéro alcool pendant la grossesse » (4). Parallèlement, une nouvelle législation est entrée en vigueur (5), imposant un pictogramme informatif sur les bouteilles de boissons alcoolisées (cf. illustration) accompagné d'une phrase d'information : « La consommation de boissons alcoolisées pendant la grossesse, même en faible quantité, peut avoir des conséquences graves sur la santé de l'enfant ». La MNH, pour sa part, met à la disposition de ses adhérents des documents qui visent à aborder de façon positive la prévention de l'alcoolisme et à promouvoir les boissons non alcoolisées (6, 7, 8). Ces documents sont disponibles sur simple demande (9). ■

Bernadette Gonguet

1- Source Inpes ; www.inpes.fr

2- Expertise collective de l'Inserm « Alcool, effets sur la santé » (2001) ; www.inserm.fr

3- Enquête Louis Harris/BVA/Inpes sur les risques liés à la consommation d'alcool pendant la grossesse octobre 2004.

4- En savoir plus sur www.inpes.fr

5- Arrêté ministériel du 2 octobre 2006 (J.O. du 3 octobre 2006) ; www.legifrance.gouv.fr

6- « L'alcool en parler », une brochure de 12 pages réalisée en partenariat avec l'Association nationale de médecine du travail et d'ergonomie du personnel hospitalier qui a pour but de fournir des explications et des informations sur la maladie alcoolique ainsi que des pistes pour la prévenir.

7- Affiche « Toujours un verre pour l'eau » réalisée en collaboration avec le CHU de Rennes.

8- « Cocktail sans alcool, du fruit plein la vie ! », une brochure réalisée en collaboration avec l'Association nationale de prévention de l'alcoolisme, qui propose onze recettes de cocktails sans alcool.

9- Par courrier : MNH, service promotion de la santé - 45213 Montargis cedex. Fax : 02 38 90 75 92 - Courriel : courrier@mnh.fr ou sur www.mnh.fr

La MNH, pour qui, pour quoi ?

Depuis sa création, en 1960, la Mutuelle nationale des hospitaliers et des professionnels de la santé et du social (MNH) propose une offre santé adaptée aux besoins de chaque professionnel de la santé et du social et le même sens de la solidarité pour tous (de l'hôpital public au petit établissement privé spécialisé), soit quelque 650 000 adhérents (médecins, infirmières, aides-soignants, assistantes sociales, cadres hospitaliers, personnels administratifs, personnel d'entretien, éducateurs spécialisés...). En 2007, la MNH poursuit plus que jamais ses engagements : expliquer, prévenir, écouter, innover.

• En savoir plus sur : www.mnh.fr