

05.09.2023 - 09:00 Uhr

## Journée mondiale de sensibilisation aux troubles du spectre de l'alcoolisation foetale / zéro alcool durant la grossesse



Lausanne (ots) -

Chaque année en Suisse, au moins 1700 nouveau-nés viennent au monde avec des dommages liés à une exposition prénatale à l'alcool. À l'occasion de la Journée mondiale de sensibilisation aux troubles du spectre de l'alcoolisation foetale (TSAF) qui se déroule chaque 9 septembre, Addiction Suisse rappelle le principe de précaution " Zéro alcool pendant la grossesse " et souligne l'importance de l'implication des hôpitaux et des cabinets de santé. Le site internet [grossesse-sans-alcool.ch](https://grossesse-sans-alcool.ch) fournit des informations sur le sujet.

Pour la plupart des personnes, l'alcool fait partie des moments conviviaux. Les occasions de boire de l'alcool sont nombreuses, et il est souvent difficile de ne pas trinquer avec les autres. Et ce, pour différentes raisons, quand on est enceinte. Certaines femmes ne savent pas si un verre comporte des risques ou pas ; d'autres ignorent encore qu'elles attendent un enfant ou ne souhaitent pas dévoiler leur grossesse pour l'instant. Et d'autres éprouvent des difficultés à renoncer à l'alcool.

Les personnes qui ont des questions ou des inquiétudes concernant une éventuelle consommation d'alcool durant la grossesse trouveront des informations sur le site [grossesse-sans-alcool](https://grossesse-sans-alcool.ch). Bon nombre d'entre elles trouvent qu'il est difficile d'aborder ce thème. " C'est paradoxal. La pression sociale est généralement forte et pousse à consommer. Mais quand une personne a de la peine à s'abstenir de boire, elle est mal vue. Les femmes enceintes, en particulier, se sentent gênées d'en parler et craignent d'être stigmatisées ", explique Rachel Stauffer Babel, spécialiste en prévention à Addiction Suisse.

### Le choix le plus sûr : zéro alcool

" Pour la cigarette et les produits du tabac, la société admet largement que seul l'arrêt est à recommander. Pour l'alcool, ce point de vue est moins fortement ancré dans la population et chez certain-e-s professionnel-le-s. Parfois, les dangers liés à la consommation de petites quantités d'alcool sont même minimisés ", observe Rachel Stauffer Babel. Or, boire de l'alcool peut présenter un risque pour le bon développement de l'enfant à tous les stades de la grossesse. L'alcool peut perturber le développement du cerveau et entraîner des dommages chez l'enfant. Ne pas consommer d'alcool quand on est enceinte est l'option la plus sûre.

Selon les estimations, les troubles du spectre de l'alcoolisation foetale (TSAF) touchent entre 1700 et 4000 nouveau-nés par an en Suisse. 170 à 400 enfants présentent une forme sévère (SAF). Parmi les conséquences possibles des TSAF, on trouve des problèmes de mémorisation et d'apprentissage, des troubles psychomoteurs, des difficultés à établir des relations et des interactions sociales, des troubles physiques et des problèmes de compréhension.

### Faire équipe

Renoncer à l'alcool à plusieurs est plus simple. Les partenaires et l'entourage devraient impérativement soutenir les femmes enceintes et ne pas insister pour qu'elles boivent. La société doit assumer une plus grande part de responsabilité ; il est nécessaire

d'instaurer un cadre légal protecteur qui limite l'omniprésence et l'attrait de l'alcool. Consommer tout simplement une boisson sans alcool sans avoir à se justifier devrait être la norme. De plus, l'éventail de boissons attrayantes non alcoolisées et de [recettes](#) de délicieux cocktails sans alcool est vaste.

Addiction Suisse s'engage depuis de nombreuses années pour une grossesse sans alcool. Les professionnel-le-s en contact avec des femmes ou des couples qui attendent ou souhaitent avoir un enfant ont également un rôle important à jouer dans ce domaine. Addiction Suisse propose aux cabinets de santé et aux hôpitaux du [matériel d'information](#) et de promotion du site grossesse-sans-alcool en trois langues (voir ci-dessous) dont une nouveauté : des affiches à télécharger. Les spécialistes trouveront de plus amples informations dans l'espace qui leur est réservé : [grossesse-sans-alcool.ch/espace-pro/](http://grossesse-sans-alcool.ch/espace-pro/)

#### **Aider les futures mères à renoncer à l'alcool**

Le site internet [grossesse-sans-alcool.ch](http://grossesse-sans-alcool.ch) sensibilise aux risques pour la santé. Il montre aux futurs parents comment traverser la grossesse sans alcool et répond aux [questions que se posent fréquemment](#) les femmes et les proches.

Un [dépliant](#) donne aux femmes enceintes et à leur entourage des conseils pratiques pour les aider à renoncer à l'alcool.

Dans la [série Focus](#), une publication est consacrée à l'alcool durant la grossesse ; elle est disponible en trois langues.

#### **La fondation Addiction Suisse en bref**

*Addiction Suisse est une fondation indépendante reconnue d'utilité publique. Sa mission est de prévenir et de réduire les problèmes liés à la consommation de substances psychoactives et à d'autres comportements pouvant engendrer une addiction. Nous développons et vulgarisons les connaissances scientifiques et concevons des projets de prévention qui répondent aux besoins. Nous oeuvrons en faveur de mesures efficaces et respectueuses vis-à-vis des personnes concernées.*

Contact:

Monique Portner-Helfer, porte-parole, [mportner-helfer@addictionsuisse.ch](mailto:mportner-helfer@addictionsuisse.ch),

tél. : 021 321 29 74

Markus Meury, porte-parole, [mmeury@addictionsuisse.ch](mailto:mmeury@addictionsuisse.ch), tél. 021 321 29 63

Medieninhalte



Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/10000980/100910829> abgerufen werden.