

Alcool et grossesse : un cocktail détonant pour le fœtus

SANTÉ. Dans le cadre de la Journée mondiale du syndrome d'alcoolisation fœtale, le pôle femme-enfant de l'hôpital a voulu sensibiliser les patientes aux risques de la consommation d'alcool pendant la grossesse.



La journée de sensibilisation au syndrome d'alcoolisation fœtale est organisée dans toute la région par la Coordination périnatale du Grand Est (Copège).

« Une petite coupette, ça ne lui fera pas de mal ! » Quelle femme enceinte n'a jamais entendu une phrase de ce genre ? Il faut dire que les occasions ne manquent pas : fêtes de fin d'année, mariages, anniversaires, ou simples soirées entre amis... « On vit dans une société où boire un verre, c'est normal. C'est festif », reconnaît le docteur Asma Raslan, gynécologue-obstétricienne au centre hospitalier de Saint-Dizier. « C'est difficile de ne pas participer à la fête, de ne pas faire comme tout le monde. » Mais ce n'est pas sans risque.

Première cause de handicap mental non génétique

Il est aujourd'hui bien loin le temps où les gynécologues conseillaient aux femmes enceintes de boire un verre de

vin par jour pour se détendre, ou de la bière pour éviter l'anémie... Depuis la fin des années 1960, les études ont montré que la consommation d'alcool pendant la grossesse peut avoir de graves conséquences. « C'est la première cause de handicap mental non génétique chez les enfants », lance le docteur Raslan. « Il y a plus de risques que l'enfant présente des retards mentaux. » « Cela peut aussi provoquer des retards de croissance, des malformations, déclencher prématurément l'accouchement... », complète Isabelle Thierry, sage-femme.

Pourtant, malgré tous ces risques, 27 % des femmes enceintes avouaient consommer de l'alcool régulièrement pendant leur grossesse, en 2023. Résultat : un enfant sur 100 serait touché. Pour sensibiliser les jeunes

femmes, une Journée mondiale du syndrome d'alcoolisation fœtale a été créée le 9 septembre 1999, à 9 h 09. C'est dans ce cadre, qu'un stand d'information était dressé au pôle femme-enfant de l'hôpital, lundi 16 septembre. Avec différentes énigmes à résoudre.

« Après 2 h 30 de cuisson, il reste encore 5 % d'alcool »

« C'est un message que l'on fait passer en consultation, mais c'est toujours bon de faire une piqûre de rappel. Et c'est plus ludique que derrière un bureau », ajoute Isabelle Thierry. « Et puis on apprend des choses, notamment sur les cuissons », insiste Nathalie Robert, secrétaire médicale. « On se dit toujours qu'avec la chaleur, l'alcool s'évapore de la nourriture. Pourtant,

dans un aliment flambé, 75 % de la dose d'alcool initiale subsiste. Après 25 minutes au four, on est à 45 % et même après 2 h 30 de cuisson, il reste encore 5 % d'alcool ! »

Pour éviter tout risque irréversible pour le développement de l'enfant, la consigne est donc claire : zéro alcool pendant la grossesse. « Cette journée sert aussi à expliquer ce que ça veut dire zéro », conclut le docteur Raslan. « Parce que quand on demande à une femme enceinte si elle boit de l'alcool, elle répondra non. Alors qu'il peut lui arriver de prendre une bière, de temps en temps, en mangeant... »



P.-J. P.

pj.prieur@jhm.fr